

**FUNGSI AGAMA TERHADAP KESEHATAN MENTAL MENURUT
ZAKIAH DARADJAT**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi
Syarat-Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi

Oleh :

Nama : YATIM PUJIATI
NPM : 1441040191

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1440 H/ 2018 M**

FUNGSI AGAMA TERHADAP KESEHATAN MENTAL MENURUT ZAKIAH DARADJAT

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi
Syarat-Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi

Oleh :

Nama : YATIM PUJIATI

NPM : 1441040191

Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Islam

Pembimbing I : Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.SI

Pembimbing II : Mubasit. S. Ag. MM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1440 H/ 2018 M**

ABSTRAK
FUNGSI AGAMA TERHADAP KESEHATAN MENTAL MENURUT
ZAKIAH DARADJAT

Oleh:

Yatim Pujiati

Agama itu berpijak kepada suatu kodrat kejiwaan yang berupa keyakinan, Kuat atau rapuhnya agama bergantung kepada sejauh mana keyakinan seseorang berpengaruh terhadap ketentraman dalam jiwa. Betapa besarnya pengaruh agama dalam kehidupan manusia, baik bagi diri sendiri maupun dalam lingkungan keluarga, ataupun di kalangan masyarakat umum. Karena itu dapat pula dikatakan bahwa agama itu mempunyai fungsi terhadap kesehatan mental yang amat penting dalam kehidupan manusia, tanpa agama manusia tidak mungkin merasakan kebahagiaan dan ketenangan hidup. Tanpa agama, mustahil dapat dibina suasana aman dan tentram. Dan Zakiah Daradjat adalah sosok salah satu wanita muslimah yang berkecimpung dibidang agama dan psikoterapi serta selalu mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Menurut Zakiah Daradjat bahwa kepercayaan kepada Tuhan itu perlu demi untuk menjamin kesehatan seseorang. Tanpa kepercayaan kepada Tuhan, tidak mungkin orang dapat merasakan ketenangan jiwa dan kebahagiaan dalam hidup. Kepercayaan kepada Tuhan adalah kebutuhan jiwa manusia yang paling pokok, yang dapat menolong orang memenuhi kekosongan kejiwaannya. Dan disini pentingnya orang beragama, mental tumbuh tanpa agama belum tentu akan mencapai integritas karena kurangnya ketenangan dan ketentraman jiwa.

Fokus penelitian penulis adalah: “bagaimana fungsi agama terhadap kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat”, adapun jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi dengan bantuan bermacam-macam materi yang terdapat dalam kepustakaan, misalnya berupa buku-buku, catatan-catatan, makalah-makalah, Dan lain-lain. Artinya permasalahan dan pengumpulan data berasal dari kajian kepustakaan.

Hasil dari penelitian ini adalah fungsi agama terhadap kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat ada 3 hasil penemuan yaitu: (1) agama berfungsi untuk memenuhi kebutuhan dalam kehidupan manusia seperti agama memberikan bimbingan dalam kehidupan, agama penolong dalam kesukaranserta agama menentramkan batin (2) agama berfungsi untuk memenuhi kebutuhan jiwa manusia karena pada dasarnya manusia memerlukan kebutuhan-kebutuhan jasmaniah (fisik) dan kebutuhan rohaniyah (*psychis* dan sosial) dan yang ke (3) agama berfungsi sebagai terapi gangguan kejiwaan maka Agama memberikan jalan untuk mengembalikan ketenangan batin dengan minta ampun kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Kata Kunci: Fungsi Agama Terhadap Kesehatan Mental



KEMENTERIAN AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmi, Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 704030

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : FUNGSI AGAMA TERHADAP KESEHATAN MENTAL MENURUT ZAKIAH DARADJAT
Nama : Yatim Pujiati
NPM : 1441040191
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

untuk dimunaqosahkan dan dipertahankan dalam sidang munaqasyah Fakultas
Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

Bandar Lampung, 14 Desember 2018

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M. Si

Mubasiz, S. A. g MM

NIP. 196104091990031002

NIP. 197311141998031002

Mengetahui :

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam,

Dr. H. Rini Setiawati S. Ag. M. Sos. I

NIP. 1972092119988032002



KEMENTERIAN AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmi, Sukarama Bandar Lampung Telp. (0721) 704030

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **FUNGSI AGAMA TERHADAP KESEHATAN MENTAL**

MENURUT ZAKIAH DARADJAT Disusun Oleh YATIM PUJIATI NPM

144104019, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Telah diujikan dalam

sidang Munaqasyah Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan

Lampung pada hari / tanggal Hari Senin 31 Desember 2018

TIM PENGUJI

Ketua Sidang

:Dr. Hj. Rini Sefiawati, M.Sos.I

Sekretaris

:Umi Aisyah, M.PD.I

Penguji I

:DR. M. Mawardi J, M.SI

Penguji II

:Mubasit, S. Ag, MM

Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi

Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si

NIP.196104091990031002

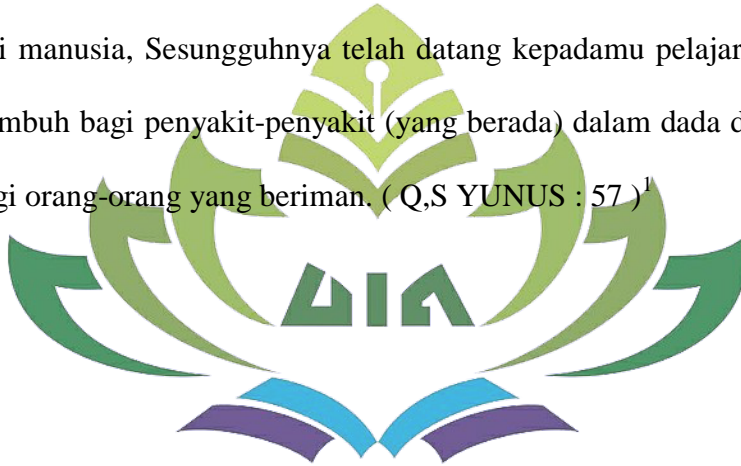
MOTTO

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ

لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

ARTINYA

Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. (Q,S YUNUS : 57)¹



¹Departemen Agama RI , *Al Himah AL-Qur'an*(Bandung : CV Penerbit Diponegoro), h.215

PERSEMBAHAN

الرَّحِيمِ الرَّحْمَنِ اللَّهُ بِسْمِ

Dengan menyebut nama Allah SWT dan rasa syukur saya yang tak terkira dan sebagai ungkapan terimakasih, skripsi ini kupersembahkan untuk

1. Untuk kedua orang tuaku bapak Wagio (alm) dan ibu Mariah yang Doannya tak pernah putus, kasih sayang yang tak pernah pudar motivasinya tak pernah padam sehingga mengiringiku demi keberhasilan studiku.
2. Kakak-kakakku tersayang, Suranto, Nurohma, Umi Yuhani dan Widati yang menjadikan motivasiku untuk selalu menuju kesuksesan dan yang mendukung, menyemangati setiap langkah.
3. Penyemangat sahabat-sahabatku yang selalu menemani aku dikala susah maupun senang.
4. kepada semua sahabat-sahabat ku teman-teman seperjuangan ku Bimbingan Konseling Islam angkatan 2014 semangat untuk mengejar kesuksesan dunia akheratnya, jangan pernah menyerah harus dan tetap semangat mengejar cita-cita. Terimakasih banyak untuk semangat dan doa kalian sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Untuk almamater tercintah UIN Raden Intan Lampung tempat saya menuntut ilmu dan tempat saya memperoleh banyak sekali pengalaman sehingga saya dapat mendapatkan gelar sarjana.

RIWAYAT HIDUP

Yatim Pujiati, di lahirkan di Padang Cermin pada tanggal 19 Maret 1995, yang merupan anak terahir dari 4 bersaudara dari pasanga bapak Wagio (alm) dan ibu Mariah.

1. Sekolah Dasar Negeri (SDN) 6 Banjaran Padang Cermin Pesawaran lulus tahun 2008
2. Sekolah Menengah Pertama (SMP) Remaja Gayau Padang Cermin Kab Pesawaran, Tamat Tahun 2011
3. Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 1 Padang Cermin Kab Pesawaran, Lulus Tahun 2014

Selanjutnya pada tahun 2014, penulis melanjutkan pendidikan pada Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negri (UIN) Raden Intan Lampung.

Penulis pernah aktif di organisasi mengikuti kegiatan UKM Kopma, UKM Bapinda, dan masih aktif di Komunitas DakwahCinta Buku (DC“b Community) sampai sekarang.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah S.W.T yang telah melimpahkan segala nikmat, rahmat dan inayah-nya tiada kata yang pantas penulis syukur kepadanya. Sehingga dapat terselesaikan skripsi ini tentang: **FUNGSI AGAMA TERHADAP KESEHATAN MENTAL MENURUT ZAKIAH DARADJAT**, sholawat dan salam selalu tercurahkan kepada tauladan kita Nabi Muhamad Saw.

Dalam kesempatan penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membimbing, mendidik dan mengarahkan dalam menyelesaikan skripsi ini, untuk itu semoga Allah SWT membalas kebaikan semua pihak yang telah berkontribusi dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan mengharapkan ridho Allah SWT terimakasih kepada yang terhormat.

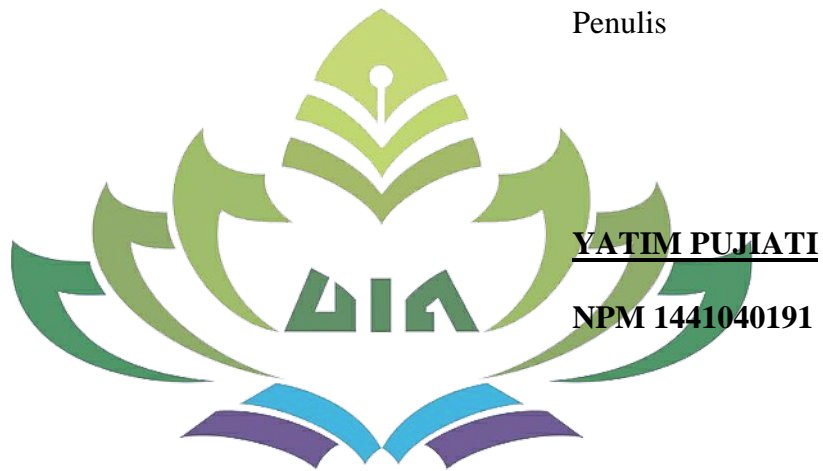
1. Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si selaku dekan fakultas dan ilmu komunikasi yang telah memberikan motivasi agar semangat dalam belajar.
2. Dr. Hj. Rini setiawati, M,Sos.I sebagai ketua jurusan BKI fakultas dakwah dan ilmu komunikasi UIN raden intan lampung
3. Pro. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si Selaku Pembimbing I, dan Mubasit, M.M selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan pengarahan yang sangat konstruktif serta penuh kesabaran dalam membimbing penulis dalam menyelesaikan karaya ilmiah ini.
4. Seluruh dosen fakultas dakwah dan ilmu komunikasi yang telah memberikan saran yang konstruktif pada penulis.

5. Pihak perpustakaan pusat dan juga perpustakaan fakultas dakwah dan ilmu komunikasi yang telah menyediakan buku-buku referensi penulis.

Semoga atas bantuan dan jerih payahnya dari semua pihak menjadi satu catatan ibadah disisi Allah SWT, aamin ya robal alamin.

Bandar lampung

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Alasan Memilih Judul	4
C. Latar Belakang Masalah	5
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Dan Manfaat Penelitian	11
F. Penelitian Terdahulu	12
G. Metode Penelitian	15

BAB II AGAMA DAN KESEHATAN MENTAL

A. Fungsi Agama	
1. Fungsi Agama Dalam Kehidupan Individu	21
2. Fungsi Agama Dalam Kehidupan Masyarakat	24
3. Fungsi Agama Untuk Mengatasi Krisis Spiritual	26
4. Manusia dan agama	28
5. Tujuan Orang Beragama	29
6. Indikator Orang Beragama	32
B. Kesehatan Mental	
1. Pengertian Kesehatan Mental	34
2. Indikator Kesehatan Mental	37
3. Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	38
4. Strategi Mewujudkan Kesehatan Mental.....	41
5. Hubungan Agama Dan Kesehatan Mental	44
6. Agama Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental	51

BAB III PEMIKIRAN ZAKIAH DARADJAT TENTANG FUNGSI AGAMA TERHADAP KESEHATAN MENTAL

A. Biografi Zakiah Daradjat	
1. Riwayat Hidup Zakiah Daradjat	55
2. Pendidikan Zakiah Daradjat	56

3. Aktifitas Sosial Dan Politik Zakiah Daradjat	59
4. Karya Karya Zakiah Daradjat.....	63
5. Kiprahnya Dalam Bidang Psikologi	71
6. Seting Sosial Yang memepengaruhi Pemikiran Zakiah Daradjat Tentang Fungsi Agama Terhadap Kesehatan Mental	75
B. Pemikiran Zakiah Daradja Tentang Fungsi Agama Terhadap Kesehatan Mental	
1. Fungsi Agama Dalam Kehidupan Manusia.....	77
2. Jiwa Manusia Membutuhkan Agama	78
3. Agama Sebagai Terapi Terhadap Gangguan Kejiwaan.....	94

BAB IV. ANALISIS PEMIKIRAN ZAKIAH DARADJAT TENTANG FUNGSI AGAMA TERHADAP KESEHATAN MENTAL98

BAB V PENUTUP

1. Kesimpulan	104
2. Saran	105

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN





BAB 1

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk Memperjelas Dan Menghindari Kesalahan Pahaman Dalam memahami judul yang telah diajukan, maka penulis perlu menjelaskan arti yang terdapat pada judul skripsi ini. Judul skripsi ini adalah:

“Fungsi Agama Terhadap Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat” dengan penegasan sebagai berikut:

Agama adalah sebagai bentuk keyakinan manusia terhadap sesuatu yang maha kuasa menyertai seluruh ruang lingkup kehidupan manusia baik kehidupan manusia individu maupun kehidupan masyarakat, baik kehidupan materil maupun kehidupan spiritual, baik kehidupan duniawi maupun kehidupan ukhrawi.¹

Pengakuan terhadap adanya hubungan manusia dengan kekuatan gaib yang harus dipatuhi. Mengikatkan diri pada suatu bentuk hidup yang mengandung pengakuan pada suatu sumber yang berada di luar diri manusia yang mempengaruhi perbuatan-perbuatan manusia. Kepercayaan kepada suatu kekuatan gaib yang menimbulkan cara hidup tertentu. Suatu sistem tingkah laku yang berasal dari kekuatan gaib. Pengakuan terhadap adanya kewajiban-kewajiban yang diyakini bersumber dari kekuatan gaib. Selain itu, kata agama

¹ Ramayulis, *Psikologi Agama* (Jakarta, Pt Kalam Mulia, 2002) h. 225

berasal dari bahasa sanskerta "A" berarti tidak; "GAMA" berarti kacau. Sehingga Agama berarti tidak kacau. Atau dapat diartikan suatu peraturan yang bertujuan untuk mencapai kehidupan manusia ke arah dan tujuan tertentu.²

Kesehatan adalah keadaan sehat secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi.³ Batasan sehat ini kemudian dikemukakan oleh WHO bahwa yang dimaksud sehat, tidak saja sehat menurut jasmani saja tetapi kondisi mental dan fisik tidak hanya bebas penyakit.⁴

Kesehatan Mental Adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta mencapai keharmonisan jiwa dalam hidup.⁵

Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan di mana ia hidup.⁶

kesehatan sebagai suatu kondisi yang keadaan baik dari suatu organisme atau bagiannya, yang dicirikan oleh fungsi yang normal dan tidak adanya

²Moqsith Ghazali. *Argumen Pluralisme Agama*. (Jakarta, Kata kita:2009).29

³Soekidjo Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan Mental Dan Perilaku Kesehatan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2012), h. 1.

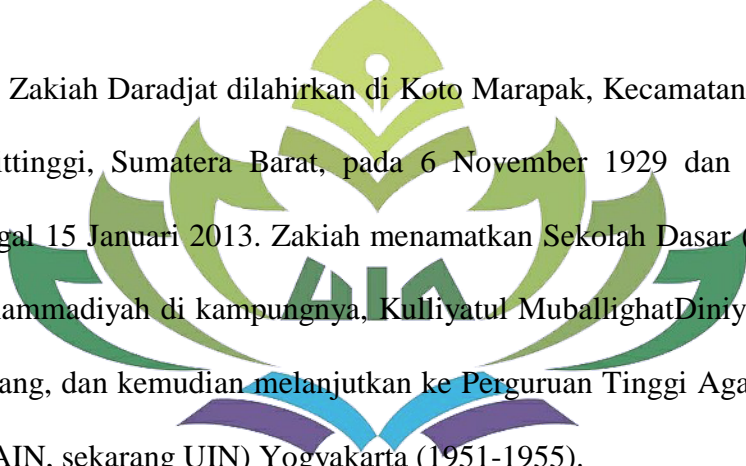
⁴Umar Fahmi, *Kesehatan Masyarakat Teori Dan Aplikasi*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2013), h. 6.

⁵Siti Sundari, *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*, (Jakarta, Rineka Cipta, 2005), h. 1

⁶ZakiahDaradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta, Gunung Agung,1995), h. 11.

penyakit, juga sampai pada kesimpulan mengenai kesehatan sebagai keadaan tidak adanya penyakit sebagai salah satu ciri kalau organisme disebut sehat.⁷

Dari beberapa pengertian kesehatan mental diatas dapat disimpulkan oleh penulis bahwa kesehatan mental adalah sehat secara fisik maupun spiritual mampu memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri sendiri maupun bisa mengembangkan potensi atau kemampuan yang dimiliki serta bisa beradaptasi dengan lingkungan yang ada disekitarnya.



Zakiah Daradjat dilahirkan di Koto Marapak, Kecamatan Ampek Angkek, Bukittinggi, Sumatera Barat, pada 6 November 1929 dan wafat di Jakarta tanggal 15 Januari 2013. Zakiah menamatkan Sekolah Dasar (standaardschool) Muhammadiyah di kampungnya, Kuliyatul Muballighat Diniyah Puteri Padang Panjang, dan kemudian melanjutkan ke Perguruan Tinggi Agama Islam Negeri (PTAIN, sekarang UIN) Yogyakarta (1951-1955).

Zakiah merupakan perempuan Indonesia pertama yang memperoleh kesempatan melanjutkan pendidikan S2 dan S3 pada Ein Shams University, Faculty of Education Mental Hygiene Department di Cairo, Mesir. Gelar master dalam bidang Mental Hygiene diraihinya pada tahun 1959 dan gelar Ph.D tahun 1964. Disertasi doktornya telah diterbitkan berjudul “Perawatan Jiwa Untuk Anak-Anak”. Pada tanggal 1 Oktober 1982 Zakiah Daradjat dikukuhkan

⁷Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan Dan Perkebnagan*, (Yogyakarta, Pt, C.V Andi Offset, 2007), h. 14

sebagai Guru Besar IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta di Bidang Ilmu Jiwa Agama.

B. Alasan Memilih Judul

Dalam pembuatan skripsi ini tentunya mempunyai alasan. Adapun alasan penulis dalam mengajukan judul ini antara lain.

1. Karena fungsi agama yang dibahas oleh Zakiah Daradjat sangat menarik untuk diteliti dan ingin mengetahui integritas Zakiah Darajat, mengingat bahwa karya karyanya yang dihasilkan Zakiah Daradjat bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-sehari. disitulah penulis tertarik untuk mengkaji tentang pemikiran Zakiah Daradjat..
2. Penulis ingin melihat pemikiran Zakiah Daradjat tentang fungsi agama terhadap kesehatan mental karena orang yang beragama sangatlah penting mengetahui fungsi agama. Zakiah Daradjat sendiri adalah sosok salah satu wanita muslimah yang berkecimpung dibidang agama dan psikoterapi selalu mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha ESA. Mengingat bahwa fungsi agama terhadap kesehatan mental ini memiliki daya tarik yang sangat baik untuk masyarakat yang belum mengetahui tentang fungsi agama terhadap kesehatan mental.
3. Judul peneliti sesuai dengan ilmu pengetahuan yang penulis terima dan sesuai dengan jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam UIN Negeri Raden Intan Lampung.

4. Adanya kesedian dosen pembimbing untuk memberikan arahan, pemikiran, motivasi dalam penyusunan, dan Adapun selain itu mempermudah penulis untuk mendapatkan refrensi-refrensi yang akan digunakan dalam penelitian, seperti buku-buku mudah di dapat dalam perpustakaan terdekat.

C. Latar Belakang Masalah

Agama merupakan suatu hal yang harus di ketahui makna yang terkandung di dalamnya, dan agama tersebut berpijak kepada suatu kodrat kejiwaan yang berupa keyakinan, sehingga dengan demikian, kuat atau rapuhnya agama bergantung kepada sejauhmana keyakinan itu ketentraman dalam jiwa.⁸

Agama adalah suatu ajaran dimana setiap pemeluknya dianjurkan untuk selalu berbuat baik. Untuk itu, semua penganut agama yang meyakini agama yang dianutnya akan senantiasa melaksanakan segala hal yang ada dalam ajaran agama tersebut. Mengenai ini Manusia tidak bisa dilepaskan dengan agama, oleh karena itu agama dan Manusia berhubungan sangat erat sekali. Ketika Manusia jauh dari agama, maka akan ada kekosongan dalam jiwanya.

Mereka yang tidak beragama kendatipun kebutuhan material mereka terpenuhi, namun kebutuhan batinnya tidak, maka mereka akan lebih mudah terkena penyakit hati (gangguan kesehatan mental). Penyakit jiwa yang

⁸Joeseff Sou'yb, *Agama-Agama Besar Di Dunia*, (Jakarta, Pustaka Al-Husna, 1983), h. 16

melanda Manusia yang tidak beragama akan senantiasa menghantui mereka. Dalam hal ini, biasanya ketika mereka mendapatkan persoalan hidup mereka akan mudah putus asa dan akhirnya akan melakukan penyimpangan atau tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma-norma mereka.

Berbeda dengan seseorang yang beragama. Mereka akan senantiasa melakukan segala sesuatu sesuai dengan ajaran agama. Dan ketika mereka lupa tidak melaksanakan rutinitas dalam beribadah, mereka akan cenderung merasa bersalah sehingga mereka akan mengembalikan segala macam permasalahan dalam kehidupannya kedalam ajaran agama.

Dalam ajaran agama Islam, Al-qur'an dapat berfungsi sebagai Al Syifa atau obat untuk menyembuhkan penyakit fisik maupun rohani. Di dalam Al-Qur'an, tidak sedikit ayat-ayat yang menjelaskan tentang kesehatan, salah satunya mengenai ketenangan jiwa (kesehatan mental) yang dapat dicapai melalui Dzikir (mengingat) Allah.

Unsur utama dalam beragama adalah Iman atau percaya kepada keberadaan Allah dengan sifat-sifat, antara lain: Maha Pemurah, Maha Pengasih, Maha Penyayang, Maha Pengampun, Maha Pemberi, Maha Melihat, Maha Mendengar, Maha Kuasa, Maha Besar, Maha Suci serta nilai-nilai lebih/Maha yang lainnya. Oleh karena itu, orang yang merasa dirinya dekat dengan Allah, diharapkan akan timbul rasa tenang dan aman yang merupakan salah satu ciri sehat mental.

Menurut Culliford (2002), seseorang dengan komitmen agama yang tinggi akan meningkatkan kualitas ketahanan mentalnya karena memiliki *selfcontrol*, *selfesteem* dan *confidence* yang tinggi. Juga mereka mampu mempercepat penyembuhan ketika sakit, karena mereka mampu meningkatkan potensi diri serta mampu bersikap tabah dan ikhlas dalam menghadapi musibah.⁹

Setiap orang hendaknya menjalankan perintah agama dengan penuh tanggung jawab dan meninggalkan larangan. Dengan melaksanakan kehidupan beragama dan menjalankan ibadah, seseorang yang memiliki kesadaran agama secara matang dan melaksanakan ibadahnya dengan penuh konsisten, stabil, mantap, dan penuh tanggung jawab dan dilandasi wawasan agama yang luas.¹⁰

Satu kenyataan yang tampak jelas yang telah moderen telah maju atau yang sedang berkembang ini, ialah adanya kontradiksi-kontradiksi yang mengganggu kebahagiaan orang dalam hidup. Kesulitan-kesulitan dan bahaya-bahaya alamiah yang dahulu yang menyulitkan dan menghambat perhubungan.sekarang tidak menjadi sosial lagi. Kemajuan industri telah dapat menghasilkan alat-alat yang memudahkan hidup, memberikan kesenangan dalam hidup, sehingga kebutuhan-kebutuhan jasmani tidak sukar lagi untuk memenuhinya.¹¹

Seharusnya kondisi dan hasil kemajuan untuk membawa kebahagiaan yang lebih banyak terhadap Manusia dalam hidup. Tetapi suatu kenyataan

⁹<http://sukri-onedinda.blogspot.com/>

¹⁰ Yusak Burhanudin, *Kesehatan Mental* (Bandung,Cv, Pustaka Setia, 1999), h. 23

¹¹Zakiah Daradjat, *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*,(Cet, 10 Jakarta: Haji Masagung, 1990), h, 10

yang menyedihkan ialah bahwa kebahagiaan itu ternyata semakin jauh, hidup semakin sukar dan kesukaran-kesukaran material berganti dengan kesukaran mental (*psychis*) atau beban jiwa semakin berat, kegelisahan dan ketenangan serta tekanan perasaan lebih sering terasa dan lebih menekan sehingga mengurangi kebahagiaan.¹²

Kebutuhan-kebutuhan primer menjadi skunder tetapi kebutuhan skunder itulah yang menguasainya. Akibat meningkatnya kebutuhan-kebutuhan pada masyarakat moderen itu maka dalam kehidupannya selalu mengejar waktu, mengejar benda, mengejar prestise. Semuanya ini akan membawa hidup seperti mesin, tidak mengenal istirahat dan ketentraman, hidupnya di penuhi oleh ketegangan perasaan (*tension*), karena keinginannya untuk menghindari perasaan tertekan, jika tidak tercapai semua yang tampaknya menggembirakan. Akibat lebih lanjut ialah timbulnya kegelisahan-gelisah (*anxiety*)itu akan menghilangkan kemampuan untuk merasa bahagia didalam hidup.¹³

Dari sisnilah orang semakin merasa semakin jauh dari kegembiraan dan kebahagiaan, karena ketegangan dan kegelisahan batin yang selalu menghinggapinya dalam kehidupannya sehari-sehari. Oleh karna itu akan timbullah pula perubahan dalam cara-cara pergaulan hidupnya selama ini.

¹²*ibid*, h. 10

¹³*ibid*,h. 11

Karena meningkatnya kebutuhan-kebutuhan sekunder yang mempengaruhi jalan hidup, maka berkembanglah rasa asing dan terlepas dari ikatan sosial. Orang lebih memikirkan diri sendiri atau merasa bahwa ia perlu terlebih dahulu memikirkan kepentingan dirinya.

Hilangnya persaudaraan yang murni yang diganti dengan hubungan kepentingan pribadi, aka membawa orang kepada rasa kesepian di tengah-tengah orang banyak perasaan kesepian ini akan menghilangkan rasa aman, yang membawa kegelisahan dan kecurigaan didalam hidup. Inilah yang mendorong orang lebih memikirkan dirinya (egois).¹⁴

Orang yang sehat mentalnya akan dapat menunda buat sementara pemuasan kebutuhan atau dapat menerima frustasi itu buat sementara, sambil menunggu adanya kesempatan yang memungkinkannya mencapi keinginan itu.¹⁵

Adapun pengetian kesehatan mental menurut Zakiah Darajat ialah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positifkebahagian dan kemampuan dirinya.¹⁶

Betapa besarnya pengaruh agama dalam kehidupan Manusia, baik bagi diri sendiri maupun dalam lingkungan keluarga, ataupun di kalangan

¹⁴*ibid*, h. 12.

¹⁵Zakiah Darajat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Pt Gunung Agung, 1995), h.24

¹⁶Zakiah Darajat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta, Pt, Gunung Agung, 1995), h. 13

masyarakat umum. Karena itu dapat pula dikatakan bahwa agama itu mempunyai fungsi yang amat penting dalam kehidupan manusia, tanpa agama manusia tidak mungkin merasakan kebahagiaan dan ketenangan hidup. Tanpa agama, mustahil dapat dibina suasana aman dan tentram.¹⁷

Menurut Zakiah Daradjat berpendapat bahwa terdapat kebutuhan pokok, beliau mengemukakan bahwa selain dari kebutuhan jasmani dan kebutuhan rohani Manusiapun mempunyai suatu kebutuhan akan keseimbangan dalam kehidupan jiwanya tidak mengalami tekanan seperti kebutuhan rasa kasih sayang, rasa aman, hargadiri, rasa bebas rasa sukses rasa ingin tahu dari keenam macam tersebut menyebabkan orang memerlukan agama. Melalui agama kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat disalurkan dengan melaksanakan ajaran agama secara baik.¹⁸

Adapun menurut Jalaludin menggunakan pendekatan psikologi agama, agama dapat memberi dampak yang cukup berarti dalam kehidupan manusia termasuk terhadap kesehatan mental. Dan agama tidak bisa dipisahkan dari kehidupan Manusia dikarenakan faktor-faktor kepribadian, lingkungan dan manusia memiliki unsur batin.¹⁹

Keistimewaan dan kelebihan tokoh Zakiah Darajad adalah Zakiah Darajat memiliki keistimewaan memiliki banyak pengalaman, Zakiah Darajat

¹⁷Zakiah Daradjat, *Peran Agama Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta, Cv Haji Masagung,, 1990), h. 31

¹⁸Jalaludin Ramayulis , *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta, Pt, Radar Jaya, 1989), h. 27-29.

¹⁹Jalaludin, *Pesikologi Agama*, *Op, Cit*, H. 143

lebih banyak menghasilkan karya tulis tentang kesehatan mental dan ilmu psikologi agama.

Penelitian ini lebih fokus pada konsep yang dibahas oleh Zakiah Daradjat tentang fungsi agama terhadap kesehatan mental, maka penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam pemikiran Zakiah Daradjat. Hal ini bermaksud untuk mencari dan mengetahui fungsi agama terhadap kesehatan mental.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah bagaimana Fungsi Agama Terhadap Kesehatan Mental menurut Zakiah Daradjat.

E. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

Untuk Mengetahui dan Memahami fungsi agama terhadap kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat.

1. Tujuan penelitian

- a. Untuk mengetahui, memahami bagaiman fungsi agama terhadap kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat?
- b. Untuk mengetahui konsep Zakiah Dradjat dalam fungsi agama terhadap kesehatan mental.

2. Manfaat Penelitian

Ada pun manfaat penelitian:

- a. Manfaat Teoritik Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang fungsi agama dan kesehatan mental dan dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya.
- b. Manfaat Empirik Dapat dijadikan informasi dan acuan bagi praktisi bimbingan dan konseling Islam dalam memberikan pelayanan Bimbingan dan Konseling Islam.

F. Penelitian Terdahulu

Terkait dengan judul ini, maka penulis akan sampaikan beberapa penelitian yang relevan dengan judul Skripsi ini yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti lain. Berikut peneliti paparkan beberapa hasil penelitian tersebut, antara lain:

Pertama Penelitian yang berjudul, kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat, UIN Raden Intan Lampung karya Susilawati, 2017 isi skripsi diatas adalah membahas untuk mengetahui pemikiran Zakiah Daradjat tentang kesehatan mental. Adapun manfaatnya untuk menambah khazanah kajian kesehtan mental terutama untuk memahami kasus-kasus seperti cemas, depresi, dan gangguan kejiwaan ataumental oleh Manusia. Data tersenbut di peroleh dengan menggunakan metode *library research* penulis menggunakan peneliti

studi tokoh yaitu pengkajian secara sistematis terhadap pemikiran atau gagasan.²⁰

Penelitian yang berjudul fungsi Iman Sebagai Kesehatan Mental menurut Zakiah Daradjat dan implementasinya dalam kepribadian muslim (studi analisis bimbingan dan konseling Islam), IAIN Wali Songo Semarang karya Muhamad Habbilah, 2006, isi dari skripsi Muhamad Habbilah membahas untuk mengetahui pemikiran Zakiah Daradjat tentang Fungsi Iman terhadap kesehatan mental yang sehat dalam kepribadian muslim bila ditinjau dari sudut pandang bimbingan dan konseling Islam. Adapun manfaatnya diharapkan untuk mengembangkan konsep bimbingan dan konseling islam sebagai dakwah (aspek teoritis) sebagai bahan individu atau lembaga terkait dalam rangka pengembangan dakwah Islam (aspek praktis), penelitian ini berbentuk kualitatif teks, karna data yang digunakan meliputi fakta yang berkaitan tentang judul penelitian, yaitu Al-quraan dan Al-hadis, Konsep Iman dan Kesehatan Mental, kepribadian muslim serta bimbingan dan konseling islam. Data tersebut menggunakan metode *library research* sedangkan metode analisisnya menggunakan metode deskriptif, metode interpretasi dan metode komparasi.²¹

Penelitian yang berjudul konsep perawatan kesehatan jiwa menurut pendapat Zakiah Daradjat dan Dadang Hawari, UIN Syarif Hidayatullah

²⁰Susilawati, *Kesehatan Mental Menurut Zakiah Darajat*, Uin Raden Intan Lampung 2017

²¹Muhamad Habbillah, *Fungsi Iman Terhadap Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat Dan Implementasinya Dalam Kepribadian Muslim* (Studi Analisis Bimbingan Dan Konseling Islam), Iain Wali Songo Semarang, 2006.

jakarta, karya Muslihun, 2013, isi skripsi ini membahas tentang peletian yang berbentuk kualitatif teks, karena data yang digunakan meliputi fakta-fakta yang berkaitan dengan judul penelitian, yaitu : Al-qur'an, Al-hadis, konsep Iman dan kesehatan mental, kepribadian muslim serta Bimbingan Dan konseling Islam. Dan tersebut diperoleh dengan menggunakan metode deskriptif, metode interpretasi dan metode komperasi, hasil penelitian menunjukan bahwa menurut Zakiah Daradjat perawatan atau penanggulangan gangguan kejiwaan adalah dengan terapi psikologis dan religius melalui media konseling, dalam proses terapi psikologi Zakiah Daradjat menyentuh aspek kognitif, efektif dan konasi, sementara dalam terapi religius, klien diberikan pemahaman-pemahaman yang utuh.²²

Karya ilmiah tersebut memang sudah banyak yang menjelaskan tentang pembahasan kesehatan mental menurut Zakiah Dardajat. Dari tiga penelitan tersebut memiliki kesamaan yaitu membahas tentang kesehatan mental, namun setelah penulis mentelaah tersebut ada beberapa perbedaan dari tiga skripsi itu, perbedaan dengan skripsi yang penulis susun. adapun penulis membahas tentang fungsi agama dan kesehatan mental perbedaan tersebut terletak pada segi judul dan tokoh yang penulis ambil, penulis membahas “fungsi agama terhadap kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat” dan ada beberapa perbedaan seperti tokoh, tempat dan pemikirannya.

²²Muslihun, *Konsep Perawatan Kesehatan Jiwa Menurut Pendapat Zakiah Darajat Dan Dadang Hawari*, (Uin Syarif Hidaytullah Jakarta, 2013)

G. Metode Penelitian

Dalam penulis skripsi ini, penulis menggunakan penelitian studi tokoh, yaitu pengkajian secara sistematis terhadap pemikiran atau gagasan seseorang pemikir, keseluruhan atau sebagainya.²³ Pengkajian meliputi latar belakang internal, eksternal.²⁴ Dalam objek penelitian ini adalah pemikiran seorang tokoh, yaitu Zakiah Daradjat mengenai fungsi agama terhadap kesehatan mental.

Adapun metode yang diterapkan meliputi hal-hal sebagai berikut:

1. Jenis penelitian

Adapun jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kepustakaan (*library research*) yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi dengan bantuan bermacam-macam materi yang terdapat dalam pustaka, misalnya berupa buku-buku, catatan-catatan, makalah-makalah, dan lain-lain.²⁵ Artinya permasalahan dan pengumpulan data berasal dari kajian kepustakaan dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penelitian kepustakaan adalah sebuah penelitian yang mengkaji dan memaparkan suatu permasalahan menurut teori-teori para ahli dengan merujuk kepada dalil yang relevan mengenai permasalahan pemikiran pendidikan islam menurut Zakiah Daradjat.

²³Syahrin Harahap, *Metodelogi Studi Tokoh Pemikiran Islam*, (Jakarta: Istiqoah Mulya Press, 2006). 7

²⁴Syahrin Harahap, *Metodologi Studi Tokoh & Penulisan Biografi*, (Jakarta: Prenadamedis Group 2011) h.6

²⁵M Ahmad Anwar, *Prinsip-Prinsip Metodologi Research*, (Yogyakarta, Sumbangsih : 1975)

2. Sumber Data

a. Sumber primer

Data primer yaitu buku-buku secara langsung dan segera dapat diperoleh dari sumber data oleh penyidik untuk bertujuan yang khusus.²⁶ Atau dengan kata lain data ini meliputi bahan yang berhubungan dengan pokok-pokok permasalahan yang menjadi objek penelitian ini, seperti buku karya Zakiah Daradjat yang berjudul peranan agama dalam kesehatan mental, buku yang berjudul Kesehatan Mental, buku yang berjudul Pendidikan Agama Dan Pembinaan Mental dan buku Kesehatan Mental (Peranannya Dalam Pendidikan Agama).

b. Sumber Sekunder

Data yang dimaksud adalah berbagaibahan yang tidak langsung berkaitan dengan objek dan tujuan diri pada penelitian ini, bahan tersebut diharapkan dapat melengkapi dan memperjelas data-data primer²⁷

1. Psikologi agama, Ramayulis, (Jakarta: Kalam Mulia, 2002)
2. Pengantar Ilmu Jiwa Agama, Jalaludin, Ramayulis, (Jakarta, Kalam Mulia, 1992)
3. Psikologi Agama, Jalaludin, (Jakarta, Raja Grafindo Persada 2016)

²⁶Winarno Surakhman, *Pengantar Penelitian Ilmiah*, (Bandung: Tarsito, 1994), h.163

²⁷Sutrisno Hadi, *Metodologi Research* (Yogyakarta : Andi Offset, 1989), h.53.

4. Kesehatan Mental, Zakiah Daradjat (Jakarta, Gunung Agung , 1995)
5. Islam Dan Kesehatan Mental, Mulyadi (Jakarta, Kalam Mulia, 2017)
6. Psikologi Sosial, Kartini Kartono, (Jakarta,Raja Gerindro Persada, 2003)
7. Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam, Kartini Kartono, Dan Jenny Andri, (Bandung, Mandar Maju, 1992).
8. Kesehatan Mental Konsep, Siswanto, (Yogyakarta, Andi Pffset, 2007)
9. Kesehatan Mental Ii, Bahri Ghozali, (Bandar Lampung, Haka Indo, 2018)

3. Metode Analisis Data

Menurut Sofyan Efendi, analisa data adalah “proses penyederhanaan data kedalam bentuk yang lebih mudah dan diinterpretasikan”. Dalam analisis data ini, penulis menggunakan metode analisis deskriptif, yang artinya mencatat dan menerangkan data tentang objek yang dipeajari sebagaimana adanya pada saat itu, berdasarkan konsep-konsep yang jelas bahasa istilah dan pengertiannya, atau istilah lainnya pengembaran data.²⁸

²⁸Talazidudhu Ndraha, Research I, (Teori Metodologi Adminjistrasi Jilid i), (Jakarta : Bina Aksara, 1985), h.106

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pola berfikir induksi dan deduksi. Induksi secara umum dapat diartikan sebagai generalisasi. Kasus-kasus dan unsur-unsur pemikiran tokoh dianalisis. Kemudian hasil analisis tersebut dirumuskan statement umum. Bahwa rumusan umum itu bukan lah merupakan subjektivitas sehingga tergantung dan merupakan keinginan pribadi. Adapun deduksi dipahami sebagai upaya eksplisitasi dan penerapan pikiran-pikiran seorang tokoh yang bersifat umum.²⁹ Dalam menganalisis data digunakan analisis isi atau content analysis. Yang dimaksud dengan analisis isi adalah penelitian suatu masalah atau karang untuk mengetahui latar belakang dan persoalannya. Dalam buku krippner Draft Content analysis adalah suatu teknik penelitian untuk memuat inferensi (kesimpulan) dari data yang diolah dan dianalisis sebagai jawaban terhadap masalah yang telah dikemukakan.

Analisis ini dimaksud untuk menganalisis khususnya tentang fungsi agama terhadap kesehatan mental, yaitu: fungsi agama, fungsi agama dalam kehidupan individu, fungsi agama dalam kehidupan masyarakat, fungsi agama untuk mengatasi krisis spiritual, pengertian kesehatan mental, indikator kesehatan mental, faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, hubungan agama dan kesehatan mental, agama dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental.

²⁹ Syarin Harahap, *Metodologi Studi Tokoh & Penulisan Biografi* (Jakarta, Pt, Karisma Putra Utama, 2011), h. 52

Berdasarkan isi yang terkandung dalam gagasan-gagasan itu selanjutnya dilakukan pengelompokan dengan tahap identifikasi, klarifikasi sistematis logis kategorisasi dan interpretasi. Semua itu di upayakan dalam raangkaditemukan fungsi agama terhadap kesehatan mental.³⁰



³⁰ S Margono, *Metodologi pendidikan*, (Jakarta : Rineke Cipta, 2003), h.36

BAB 11

FUNGSI AGAMA DAN KESEHATAN MENTAL

A. Fungsi Agama

Menurut Zakiah Daradjat agama adalah proses hubungan Manusia yang dirasakan terhadap sesuatu yang diyakini, bahwa sesuatu lebih tinggi daripada Manusia.¹

keagamaan adalah perasaan-perasaan berkaitan dengan Tuhan Yang Maha Kuasa, antara lain takjub, kagum, percaya yakin keimanan, tawakal pasrah diri, rendah hati ketergantungan pada Ilahi, merasa sangat kecil kesadaran akan dosa dan lain-lain.²

Agama sebagai bentuk keyakinan Manusia terhadap sesuatu yang Maha Kuasa (Adi Kodrati) menyertai seluruh ruang lingkup kehidupan Manusia baik kehidupan Manusia individu maupun kehidupan masyarakat, baik kehidupan materil maupun kehidupan spiritual, baik kehidupan duniawi maupun ukhrawi, Agama (Islam) merupakan a *total way of life*. Tidak ada satu ruangan pun dalam kehidupan Manusia yang tidak di jamah oleh ajaran agama (Islam). Menurut Elizabeth K. Nottingham meskipun perhatian manusia tertuju kepada adanya suatu dunia yang tak dapat dilihat (akhirat) namun agama juga melibatkan dirinya dalam masalah-masalah kehidupan sehari-hari.³

¹ Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta, Pt, Bulan Bintang, 2005), h. 10

² Kartini Kartono, *Psikologi Sosial*, (Pt, Raja Gerindo Persada, 2003), h. 124

³ Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta, Pt, kalam mulia, 2002), h. 225

1. Fungsi Agama Dalam Kehidupan Individu

a. Agama sebagai sumber nilai menjaga kesusilaan

Didalam ajaran agama terdapat nilai-nilai bagi kehidupan Manusia. Nilai-nilai inilah yang dijadikan sebagai acuan dan sekaligus sebagai petunjuk bagi Manusia.

Sebagai Petunjuk agama menjadi kerangka acuan dalam berfikir, bersikap dan berperilaku agar sejalan dengan keyakinan yang dianutnya. Elisabeth K. Nottingham, mengatakan bahwa setiap individu tumbuh menjadi dewasa memerlukan suatu sistem nilai sebagai tuntunan umum untuk mengarahkan aktivitas dalam masyarakat dan berfungsi sebagai tujuan akhir pengembangan kepribadiannya. Dengan mempedomani sistem nilai sosial, dengan pedoman ini sistem nilai maka kesusilaan akan terjaga namun nilai tersebut tidak akan berfungsi tanpa melali pendidikan.

St.Hafi Anshori mengatakan bahwa Manusia memang membutuhkan suatu insitusi yang menjaga atau menjamin berlangsungnya ketertiban dalam kehidupan moral dan sosial, dan agama dapat berfungsi sebagai institusi semacam itu, melainkan juga pada tujuan yang bersifat moral dan sosial. Motivasi beragama yang mereka lahirkan lewat tingkah laku keagamaanya tidak lain merupakan keberadaan agama sebagai sarana untuk menjaga kesusilaan dan tata tertib dalam masyarakat.⁴

b. Agama sebagai sarana untuk mengatasi frustrasi

Manusia mempunyai kebutuhan dalam kehidupan ini, mulai dari kebutuhan fisik seperti makanan, pakaian, istirahat, dan seksual, sampai kebutuhan psikis, seperti keamanan ketentraman, persahabatan,

⁴*Ibid*, h. 227

penghargaan, dan kasih sayang. Maka ia akan terdorong untuk memuaskan kebutuhan dan keinginannya itu. Menurut Sarlito Wirawan Sarwono, apabila kebutuhannya tidak dipenuhi, terjadi ketidak seimbangan, yakni antara kebutuhan dan pemenuhan, maka akan menumbuhkan kekecewaan yang tidak menyenangkan, kondisi atau keadaan inilah yang disebut frustrasi.

Frustrasi itu dapat menimbulkan tingkah laku keagamaan. Orang yang mengalami frustrasi tidak jarang bertindak laku religius atau keagamaan, untuk mengatasi frustrasinya. Orang tersebut membelokan arah kebutuhan atau keinginannya kepada tingkah laku keagamaan. Kebutuhan kebutuhan Manusia pada hakikanya diarahkan kepada kebutuhan duniawi, seperti kebutuhan fisik (pangan, sandang, papan, seks, dan sebagainya) kebutuhan psikis (kehormatan, penghargaan, perlindungan, dan sebagainya). Akan tetapi karena seseorang gagal mendapatkan kepuasan yang sesuai dengan kebutuhannya, maka ia akan mengarahkan pemenuhannya kepada Tuhan. Untuk itu ia mendekatkan kepada Tuhan melalui ibadah-hal tersebut yang melahirkan keagamaan.⁵

c. Agama Sebagai Sarana Untuk Mengatasi Ketakutan

Untuk mengatasi ketakutan Seperti gejala malu, rasa bersalah, takut kecelakaan, rasa bingung, dan takut mati. Untuk mengatasi ketakutan tersebut orang-orang mendambakan tempat berlindung dan rasa takut, memang secara psikologis tentang timbunya motivasi agama salah satunya

⁵ *Ibid*, h. 227

karena adanya rasa takut. dari adanya rasa takut orang akan beribadah dan meminta pertolong dan perlindungan kepada Tuhan Yang Maha Esa.

d. Agama Sebagai Sarana Untuk Memuaskan Keingintahuan

Agama mampu memberikan jawaban atas kesukaran intelektualkognitif, sejauh kesukaran itu diresapi oleh keinginan eksistensial dan psikologis, yaitu oleh keinginan dan kebutuhn Manusia akan orientansi dalam kehidupan, agar dapat menempatkan diri secara berarti dalam kehidupan. Tanpa agama, Manusia tidak mampu menjawab pertanyaan yang sangat mendasar dalam kehidupannya, yaitu dari mana Manusia datang, apa tujuan Manusia hidup, dan mengapa Manusia ada, dan kemana Manusia kembalinya setelah mati.

Dipandang dari psikologi dapat dikatakan bahwa agama memberi sumbangan istimewa kepada Manusia dengan mengarahkan kepada Tuhan. Dengan demikian, agama dapat menjadikan manusia merasa aman dalam kehidupannya, kesadaran akan keadaan itu jelas melahirkan tingkah laku keagamaannya.⁶

⁶*Ibid*, h. 228

2. Fungsi Agama Dalam Kehidupan Masyarakat

a. Berfungsi Penyelamat

Keselamatan yang diberikan oleh agama kepada penganutnya adalah keselamatan yang meliputi dua alam yaitu: duni dan akhirat dalam mencapai keselamatan itu agama mengajarkan para penganutnya untuk mengenal terhadap sesuatu yang sakral yang disebut supernatural.

Berkomunikasi dengan supernatural dilaksanakan dengan berbagai cara sesuai dengan ajaran itu sendiri, diantaranya: (1) mempersatukan diri dengan Tuhan (*pantheisnae*), (2) pembebasan dan pensucian diri (penebusan dosa) dan (3) kelahiran kembali (*reinkarnasi*)⁷

b. Berfungsi Sebagai Kedamaian

Melalui agama seseorang yang bersalah atau berdosa dapat mencapai kedamaian batin melalui tuntunan agama rasasa berdosa dan rasa-rasa bersalah akan segera menjadi hilang dari batinnya apabila seseorang yang bersalah telah menebus dosanya melalui: tobat, pensucian jiwa, ataupun penebusan dosa. Contohnya agama agama mengajarkan arti dan tujuan hidup, agama menganjurkan untuk menjauhi masalah, agama dapat membawa harapan baik, agama dapat menemukan tempat untuk berbagi dan agama dapat membawa efek tenang.

c. Berfungsi Sebagai Social Control

⁷*Ibid*,h. 229

Para penganutnya agama sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya terikat batinnya kepada Tuhan ajaran tersebut, baik secara pribadi maupun secara kelompok. Ajaran agama sebagai penganutnya dianggap sebagai norma-norma dalam kehidupan, sehingga dalam hal ini agama dapat berfungsi sebagai pengawas baik secara individu maupun secara kelompok.⁸ ajaran agam membentuk penganutnya makin peka terhadap masalah-masalh sosial seperti: kemaksiatan, kemiskinan keadilan, kesejahteraan dan kemanusiaan. Contohnya: kepekaan ini mendorong untuk tidak bisa terdiam diri menyaksikan kebatilan yang merasuki sistem kehidupan yang ada.

d. Berfungsi Sebagai Pemupuk Rasa Solidaritas

Para penganut agama yang sama secara psikologis akan merasakan memiliki kesamaan dalam satu kesatuan dalam Iman dan kepercayaan. Rasa kesatuan ini akan menimbulkan rasa solidaritas dalam kelompok maupun perorangan, bahkan dapat membina rasa saudaraan yang kokoh. Contohnya gotong royong didasarkan pada persamaan tujuan untuk mencapai sesuatu dalam kehidupan sehari-hari seperti kerja bakti lingkungan, keikut sertaan dalam acara keagamaan ditemapat tinggalnya dan dukungan terhadap orang lain maupun kelompok seperti memperjuangkan hak mendapatkan keadilan.

e. Berfungsi Transmotif

⁸*Ibid*, h. 230

Ajaran agama dapat merubah kehidupan seseorang atau klompok menjadi kehidupan baru sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya. Kehidupan yang diterimannya berdasarkan ajaran agama yang dipeluknya mampu mengubah kesetiaanya kepada adat atau norma kehidupan yang dianutnya sebelumnya. Contohnya: Dengan agama umat manusia mampu menciptakan karya-karya seni besar, seperti candi, masjid dan berhubungan dengan keagamaan.

f. Berfungsi sublimatif

Ajaran agama mengkoduskan segala usaha Manusia yang bersifat ukhrawi dan duniawi. Segala usaha Manusia selama tidak bertentangan dengan norma-norma agama, bila dilakukan dengan ikhlaskarena Allah merupakan ibadah. Ibadah tersebut ada yang bercorak ritual seperti sholat, puasa dan sebagainya, dan adapun yang bercorak non ritual seperti gotong royong menyantuni fakir miskin, dan sebagainya.⁹

3. Agama Berfungsi Untuk Mengatasi Krisis Spiritual

Menurut Kamarudin Hidayat, bahwa salah satu akibat memuncaknya rasionalisme dan teknologi zaman di moderen ini adalah persepsi dan apresiasi tentang Tuhan dan kebutuhan tidak lagi mendapatkan tempat tempat yang hormat. Nilai-nilai spritual telah lenyap dan Manusia moderen. Lenyapnya nilai-nilai tersebut dari masyarakat moderen menurutnya dapat

⁹*Ibid*, h. 228-231

diungkapkan dengan suatu istilah yang cukup dramatis. Proses dalam penerapan dalam pikiran Manusia, yaitu apa yang disebut dengan sekularisasi kesadaran. Dengan batasan-batasan yang dianggap dan diyakini sebagai saklar dan ansolut, Manusia moderen hanya berputar-putar dalam dunia yang serba relatif, terutama dalam sistem nilai dan moralitas yang dibangunnya, sehingga ukuran baik dan buruk, benar dan salah, hanya didasarkan pada keputusan intuisi dan kesepakatan Manusia.

Seyyed Hossen Nashar dekade juga mengatakan bahwa fenomena dan kondisi masyarakat yang telah berada diluar kesadaran manusia itu sendiri di analogikan sebagai “manusia telah berada di luar lingkaran eksistensinya”. Manusia telah kehilangan identitasnya dan tidak lagi memperdulikan kebutuhan yang mendasar, sehingga mereka tidak bisa menemukan ketentraman batin, serta keseimbangan diri.¹⁰

Keterkaitan orang terhadap ajaran agama berdasarkan asumsi:

Pertama, agama dapat dijadikan basis dalam mendesain peradaban moderen. Dalam agama terkandung pengertian hubungan Manusia dengan Tuhannya, dalam hal ini instrumen (medium) yang digunakan adalah shalat, puasa, zakat, haji, do’a, dan sebagainya dengan ajaran agama yang digunakan orang yang berharap agar perkembangan teknologi moderen sejalan dengan fitrah kemanusiaan dan bisa menghantarkan Manusia menuju pada dimensi kemanusiaan yang ideal, tanpa mengeksploitasi kualitas kemanusiaan.

Kedua, ajaran agama sebagai alat pengendali atau pengontrol terhadap kehidupan Manusia, agar dimensi kemanusiaan, tepatnya nilai-nilai spiritual,

¹⁰*Ibid*, h.223

tidak ternodai oleh sekualisasi dan westernisasi yang ikut bergabung dengan proses modernisasi yang westernis dan sekluaristik itu.¹¹

Dari fungsi agama diatas dapat penulis pahami bahwa agama sangat berperan penting dalam kehidupan manusia seperti kehidupan individu maupun kehidupan masyarakat dan agama berfungsi mengatasi krisis spiritual.

4. Manusia Dan Agama

Manusia memang mahluk yang serba unik dengan keunikan yang dimilikinya, Manusia merupakan mahluk yang rumit dan misterius. Berdasarkan kodrat kejasmanian, Manusia disebut *homo mechanicus*, *homo erectus*, *homo lodens*.

Hubungan Manusia dan agama tampaknya merupakan hubungan yang bersifat kodrati. Agama itu sendiri menyatu alam fitrah penciptaan Manusia. Terwujud dalam bentuk ketundukan, kerinduan ibadah serta sifat luhur manakaha dalam menjalankan kehidupannya, Manusia menyimpang dari nilai-nilai fitrahnya maka secara psikologis ia akanmerasa adanya semacam “hukum moral”.¹²

Kebutuhan Manusia memiliki kebutuhan yang bertingkat dari yang paling dasar hingga kebutuhan yang paling puncak. Pertama, kebutuhan

¹¹*Ibid*, h. 223

¹²Jalaludin,*Op,Cit.* h. 138

psikologis, yaitu dasar untuk hidup seperti makan, minum, istirahat. Kedua kebutuhan akan rasa aman yang mendorong orang untuk bebas dari rasa takut dan cemas. Ketiga kebutuhan akan rasa kasih sayang antara lain pemenuhan hubungan manusia. Manusia membutuhkan saling perhatian dan keintiman dalam pergaulan hidup. Keempat kebutuhan akan harga diri kebutuhan ini dimanifestasikan Manusia dalam bentuk aktualisasi diri antara lain dengan berbuat sesuatu yang berguna.

Menurut Jalaludin agama memang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan Manusia. Pengingkaran Manusia terhadap agama dikarenakan faktor faktor tertentu baik yang disebabkan oleh kepribadian maupun lingkungan masing masing. Manusia memiliki unsur batin yang cenderung mendorong untuk tunduk kepada Dzat yang gaib.¹³

5. Tujuan Orang Beragama Agama

Seseorang perlu dan membutuhkan agama. Din (agama) tidak hanya memberikan rasa ketentraman kepada pemeluknya, akan tetapi akan mengarahkan setiap orang yang beragama untuk dapat menuju kepada hidayah baik berupa hidayah takwini maupun hidayah tasyri'i. Apabila seseorang telah mendapat hidayah, maka ia akan mendapatkan ketenangan

¹³*Ibid*, h.142

dan ketentraman. Selain itu, ia juga tidak akan pernah merasakan yang namanya kesedihan dan kepiluan.

Sesuai dengan pengertian tentang agama, maka dapat diketahui bahwa mengapa manusia membutuhkan agama karena memang agama sudah masuk kedalam semua ruang lingkup kehidupan manusia. Sehingga, mau tidak mau manusia harus menganut agama itu sendiri. Dengan kata lain, agama telah mencakup martabat setiap kehidupan Manusia baik itu dari segi sosial, idiologi, budaya, politik dan yang lainnya. Dengan pandangan semacam ini (yaitu agama selain bertugas sebagai petunjuk umat Manusia, ia juga dapat memenuhi segala kebutuhan pokok Manusia lainnya), maka harapan kami dari agama ialah ia dapat memenuhi seluruh dimensi eksistensial umat manusia baik itu sisi rasional, kognitif, emosional, bawaan, naluriah, dan juga dari sisi materi. Hal ini sebagaimana yang telah dijelaskan dalam nara sumber dan literatur-literatur dalam agama bahwa *Din-ul Haq* (agama yang hakiki) adalah agama yang tidak saja memikirkan seluruh kebutuhan Manusia, akan tetapi juga mampu mengantarkan mereka kepada kebahagiaan (baik dunia maupun akhirat). Para Nabi yang diutus dari awal hingga akhir (tidak terkecuali Nabi Muhammad SAW) tidak lain adalah orang-orang pilihan Allah SWT yang diutus untuk mengembangkan bakat manusia (dengan jalan tazkiyah dan memberikan pendidikan kepada mereka).

Sekarang, dengan jelasnya motivasi yang terlahir dari agama tersebut, yaitu bahwa dengan memeluk agama, seseorang akan sampai pada kebahagiaan, kesempurnaan, dan kedekatannya kepada Sang Pencipta, maka jelas pula bagi kita mengapa manusia membutuhkan agama.

Demi mencapai kepada pertumbuhan dan kemakmuran dirinya, seseorang perlu dan membutuhkan agama. Din (agama) tidak hanya memberikan rasa ketentraman kepada pemeluknya, akan tetapi akan mengarahkan setiap orang yang beragama untuk dapat menuju kepada hidayah baik berupa hidayah takwini maupun hidayah tasyri'i. Apabila seseorang telah mendapat hidayah, maka ia akan mendapatkan ketenangan dan ketentraman. Selain itu, ia juga tidak akan pernah merasakan yang namanya kesedihan dan kepiluan.

Tampaknya sudah menjadi bukti nyata bahwa mengapa dalam naungan Din (agama) terdapat bimbingan serta petunjuk bagi manusia takala mereka memperhatikan isu-isu sosial disekelilingnya. Kebanyakan Manusia yang sukses dalam menghadapi berbagai problematika kehidupan dan menghadapinya dengan penuh ketenangan tidak lain adalah manusia-manusia penganut agama. Sebaliknya, tak jarang kita juga melihat dalam kehidupan sosial di sekeliling kita akan jatuhnya martabat dan karier seseorang lantaran mereka hanya percaya pada kemampuan otak dan akal

mereka saja. Dari sini, tak heran mengapa Al-Quran telah mengatakan bahwa berpegang teguh dan mengikuti petunjuk Allah SWT adalah kunci supaya manusia terjaga dari kesesatan dan kebinasaan.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa selain memberi hidayah bagi umat Manusia baik itu dalam kehidupan individu masing-masing maupun kehidupan sosial, agama juga dapat memberikan rasa aman dan tentram bagi mereka dan masyarakat sekitarnya.¹⁴

6. Indikataor Orang Beragama

Agama merupakan salah satu faktor utama dalam mewujudkan pola-pola persepsi dunia Manusia yang pada gilirannya akan turut pula mempengaruhi perkembangan dunia itu sendiri dan dengan demikian mempengaruhi pula jalan sejarahnya. Dengan hubungannya dengan masalah kemanusiannya, kekuatan dan kontrobusi yang diberikn agama kepada usaha kearah keselamatan bagi semua umat manusia, tercantum dalam nilai-nilai ajarannya serta motivasi yang diilhamkannya. Nilai-nilai ajaran itu akan semakinmempertajam alasan kemanusiaan yang sudah ada, di pihak lain, nilai ajaranitupun menunjukan humbungan antar agama untuk keslamatan

¹⁴<https://icc-jakarta.com/2017/07/13/tujuan-manusia-beragama/>

dan keselamatan telah menjadi nilai yang sepatutnya dicapai dan diusahakan semua umat Manusia, apapun keyakinan agamanya.¹⁵

Fungsi agama tidak pernah tidak bisa oprasional, tetapi akan selalu di panggil, akan selalu aktif realitanya akan tetap tinggal dan tidak mungkin terhenti suatu upaya kearah keselamatan berarti juga adalah membebaskan Manusia dari kemelut dan kekawtiran serta ketakutan dan himpitan terbagi masalahkemanusiaan yang dihadapinya, seperti kebodohan, keterbelakangan, ketertindasan dan lain lainnya.¹⁶



¹⁵ Ahmad sanusi, Agama di tengah kemiskinan, (jakarta PT Logos wacana ilmu, 1999), h. 3

¹⁶ *Ibid*, h.4

B. Kesehatan Mental

1. Pengertian Kesehatan Mental

Dari segi bahasa kesehatan mental terdiri dari dua kata yaitu : kesehatan dan mental. Kesehatan yang kata dasarnya sehat mendapat awalan ke dan akhiran, menyatakan hal atau keadaan, sedangkan sehat berarti bebas dari rasa sakit, jadi kesehatan memiliki arti keadaan badan seseorang yang tidak sakit¹⁷ mental berasal dari bahasa latin yaitu : mens, mentil, yang artinya: jiwa, roh, nyawa, sukma, semangat.¹⁸

Untuk mengetahui istilah kesehatan mental, amak terlebih dulu akan dipaparkan oleh beberapatokoh yang mendefinisikan tentang kesehatan mental seperti:

Menurut Zakiah Daradjat kesehatan mental ialah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuain diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia dunia akhirat.¹⁹

kesehatan mental adalah merupakan suatu kondisi batin yang senantiasa berada dalam keadaan tenang, aman dan tentram, dan upaya untuk menemukan ketenangan dapat dilakukan antara lain melalui

¹⁷Departemen Pendidikan, *Kamus Besar Indonesia*, Balai Pustaka, (jakarta, cet 10, 1999), h. 890.

¹⁸Kartini kartono, Dan Jenny Andri, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, Mandar Maju, (Bandung, 1989), h. 3

¹⁹Yahya jaya, *peran taubat dan manfaat dalam kesehatan mental*, (jakarta, Pt Yayasan Pendidikan islam ruhana, 1992), h. 15

penyesuaian diri secara resignasi (penyerhan diri sepenuhnya kepada Tuhan).²⁰

Sebagaimana yang dikutip oleh Muhmmad Mahmud, dalam Ramayulis menemukan dua pola dalam mendefinisikan kesehatan mental: *pertama*, pola negatife (*salabiy*), bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari segala neurosis (*al-amradh al-ashabiyah*) dan psikosis (*al-amradh al-dzibaniyah*). *Kedua*, pola positif (*ijabiy*), bahwa kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam penyesuaian terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan sosialnya. Pola kedua ini lebih umum dan lebih luas dibanding pola pertama.²¹

Menurut Mustofa Fahmi mendefinisikan pola negatif (*salabiy*), bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala neurosis (*Al-amradh Al'ashabiyah*) dan psiosis (*Al-amradh Al-dzibaniyah*), bahwa kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam penyesuaian terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan sosialnya.²²

Kesehatan menurut WHO tanpaknya juga mengalami perkembangan menjadi semakin kompleks. WHO mendefinisikan kesehatan sebagai :''

²⁰ Meandpsy.blogspot.com/2012/03/agama dan pengaruhnya-terhadap.html?m=1

²¹ Ramayulis, *Pengantar Psikologi Agama*, (Jakarta : Kalam Mulia, 2002), h.111-112.

²² Ramayulish, *psikologi agama* , *Op,Cit*, h.140

keadaan setatus sehat utuh secara fisik, mental (rohani) dan sosial, dan bukan hanya suatu keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan”.²³

Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersamaserta tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup.²⁴

Kesehatan mental (*mental hygiene*) adalah ilmu yang meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan-peraturan yang prosedur untuk mempertinggi kesehatan ruhani. orang yang sehat mentalnya ialah orang yang dalam ruhani atau dalam hatinya atau dalam hidupnya selalu tenang aman tentram. Menurut H.C. Witherington, permasalahan kesehatan mental menyangkut pengetahuan serta prinsip-prinsip yang terdapat lapangan psikologi kedokteran psikiatri, biologi, sosiologi, dan agama.²⁵

Fungsi-fungsi jiwa dengan semua unsur-unsurnya, bertindak menyesuaikan orang dengan dirinya, dengan orang lain, dan lingkungannya. Dalam menghadapi suasana yang selalu berubah, fungsi-fungsi jiwa akan bekerja sama secara harmonis dalam menyiapkan diri untuk

²³Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan Dan Perkembangan*, (Yogyakarta, Pt. C.V Andi Pffset 2007) h.15.

²⁴Zakia darajat, *kesehatan mental*, (jakrta, Pt. Gunung Agung, 1995), h. 14

²⁵Mulyadi, *Islam & Kesehatan Mental*, (Jakarta: Pt Kalam mulia, 2017), h. 2

menghadapi perubahan-perubahan tersebut. Dengan demikian perubahan-perubahan itu tidak akan menyebabkan kegelisahan dan kegoncangan jiwa.²⁶

Dari beberapa pengertian kesehatan mental diatas dapat disimpulkan oleh penulis bahwa kesehatan mental adalah sehat secara fisik maupun spiritual mampu memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri sendiri maupun bisa mengembangkan potensi atau kemampuan yang dimiliki serta bisa beradaptasi dengan lingkungan yang ada disekitarnya.

2. Indikator kesehatan mental

Indikator kesehatan mental menurut WHO.

- a). Bebas dari ketegangan dan kecemasan
- b). Menerima kekecewaan sebagai pelajaran dikemudian hari.
- c). Dapat menyesuaikan diri secara konstruktif pada kenyataan meskipun kenyataan itu pahit.
- d). Merasa lebih puas memberi daripada menerima.
- e). Dapat merasakan kepuasan dari perjuangan hidup.
- f). Dapat mengarahkan rasa permusuhan pada penyelesaian yang kreatif dan konstruktif.
- g). Mempunyai rasa kasih sayang dan butuh disayangi.
- h). Mempunyai spritual atau agama.

²⁶Zakiah Daradjat, *kesehatan Mental*, (Jakarta, pt Gunung Agung, 1982), h. 13

indikator menurut Zakiah Daradjat dengan memasukan unsur keimanan dan ketakwaan:

- a). Terbebasnya dari gangguan dan penyakit jiwa.
- b). Terwujudnya keserasian antara unsur-unsur kejiwaan
- c). Mempunyai kemampuan Dalam menyesuaikan diri secara fleksibel dan menciptakan hubungan yang bermanfaat dan menyenangkan antara individu.
- d). Mempunyai kemampuan dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya
- d). Beriman dan bertakwa kepada Allah dan berupaya merealisasikan tuntunan agama dan kehidupan sehari-hari sehinggaterciptanya kehidupan yang bahagia didunia dan diakhirat.²⁷

3.Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Kesehatan mental pada Manusia itu dipengaruhi oleh faktor *internal* dan *external* keduanya saling mempengaruhi dan dapat menyebabkan mental yang sakit sehingga bisa menyebabkan gangguan jiwa dan penyakit jiwa.

a. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang secara sifat, bakat, keturunan dan sebagainya. Contoh sifat yaitu, seperti sifat jahat, baik, pemaarah, dengki, iri, pemberani, pemalu, dan lain sebagainya.

²⁷Ramayulis, *psikologi agama*, (jakarta, PT, Kalam Mulia, 2007), h.62-167

Contoh bakat yakni misalnya bakat melukis, bermain musik menciptakan lagu, akting, dan lain-lain. Sedangkan aspek keturunan seperti turunan emosi, intelektual, potensi diri, dan sebagainya.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berada di luar diri seseorang yang dapat mempengaruhi mental seseorang. Lingkungan eksternal yang paling dekat dengan seorang manusia adalah keluarga, seperti orangtua, anak, istri, kakak, adik, kakek, nenek, dan masih banyak lagi lainnya. Faktor luar lain yang berpengaruh yaitu seperti hukum, politik, sosial budaya, agama, pemerintah, pendidikan, pekerjaan, masyarakat, dan sebagainya. Faktor eksternal yang baik dapat menjaga mental seseorang, namun faktor eksternal yang buruk / tidak baik dapat berpotensi menimbulkan mental yang tidak sehat.

Selanjutnya selain selain kedua faktor tersebut yang dapat mempengaruhi kesehatan mental, juga dapat dipengaruhi oleh aspek psikis Manusia.

Aspek psikis Manusia pada dasarnya merupakan satu kesatuan dengan sistem biologis, sebagai sub sistem dan eksistensi Manusia, maka aspek psikis selalu berinteraksi dengan keseluruhan aspek kemanusiaan. Karena itu aspek psikis tidak bisa dipisahkan untuk melihat jiwa manusia. Ada beberapa aspek psikis yang turut berpengaruh terhadap kesehatan mental, antara lain:

1) Pengalaman awal

Pengalaman awal merupakan segenap pengalaman-pengalaman yang terjadi pada individu terutama yang terjadi dimasa lalunya. Pengalaman awal ini adalah merupakan bagian penting dan bahkan sangat menentukan bagi kondisi mental individu dikemudian hari.

2) Kebutuhan

Pemenuhan kebutuhan dapat meningkatkan kesehatan mental seseorang. Orang yang tekah mencapai kebutuhan aktualisasi yaitu orang yang mengeksplorisasi dan segenap kemampuan bakat, ketrampilannya sepenuhnya, akan mencapai tingkatan apa yang disebut dengan tingkatan pengalaman puncak. Dalam berbagai penelitian ditemukan bahwa orang-orang yang mengalami gangguan mental, disebabkan oleh ketidakmampuan individu memenuhi kebutuhan-kebutuhannya. Kebutuhan yang dimaksud disini adalah kebutuhan dasar yang tersusun secara hirarki.kebutuhan biologis, kebutuhan rasa aman, meliputi kebutuhan dicintai, kebutuhan harga diri, pengetahuan, keindahan dan kebutuhan aktualisasi diri. Adapun ciri-ciri kesehatan mental yang optimal adalah:

- a. Memiliki sikap batin (*attitude*) yang positif terhadap dirinya sendiri
- b. Aktualisasi diri
- c. Mampu mengadakan integrasi dengan fungsi-fungsi yang psikis ada

- d. Mampu berotono dengan diri sendiri (mandiri)
- e. Memiliki persepsi yang objektif terhadap realitas yang ada
- f. Mampu menselaraskan kondisi lingkungan dengan diri sendiri
Seseorang dapat memelihara kesehatan mentalnya dengan meneggakkan prinsip-prinsipnya dalam kehidupan, yaitu:
 - a. Mempunyai *self image* atau gambaran dan sikap terhadap diri sendiri yang positif
 - b. Memiliki interaksi diri atau keseimbangan fungsi-fungsi jiwa dalam menghadapi problema hidup termasuk stres.
 - c. Mampu mengaktualisasikan secara optimal guna berproses mencapai kematangan
 - d. Mampu bersosialisasi dan menerima kehadiran orang lain
 - e. Menemukan minat dan kepuasan atas pekerjaan pekerjaan yang dilakukan
 - f. Memiliki falsafah atau agama yang dapat memberikan makna dan tujuan bagi hidupnya.
 - g. Mawas diri atau memiliki kontrol terhadap segala kegiatan yang muncul.
 - h. Memiliki perasaan benar dan sikap bertanggung jawab atas perbuatan-perbuatannya²⁸

²⁸Mulyadi, *Op.Cit*, 130-133.

Adapun faktor lain yang mempengaruhi terhadap kesehatan mental diantaranya ada faktor lingkungan :

Faktor keluarga : pertumbuhan dan perkembangan kepribadian anak yang pertama terjadi didalam keluarga. Jika kita ingin menciptakan generasi yang akan penting mempunyai mental yang sehat, maka perlu persiapan calon ibu dan calon bapak yang mampu menciptakan kehidupan keluarga yang aman, tenang dan bahagia. Karena keluarga adalah wadah pertama tempat pembinaan mental²⁹

Jadi, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental yang optimal adalah keserasian atau kesesuaian antara seluruh aspek psikologis dan dimiliki oleh seorang untuk dikembangkan secara optimal agar individu mampu melakukan kehidupan-kehidupan sesuai dengan tuntutan-tuntutan atau nilai-nilai yang berlaku secara individual, kelompok maupun masyarakat luas sehingga yang sehat baik secara mental maupun secara sosial dan pribadi sehat adalah pribadi yang mampu menghadapi setiap persoalan hidup dengan tersenyum karena ia memiliki sikap positif terhadap setiap persoalan untuk pengembangan pribadi, membuatnya lebih terbuka pada setiap pengalaman manis maupun getir, menerima dan mensyukurinya.

²⁹Zakiah Darajat, *Kesehatan Mental Peranan Dalam Pendidikan Dan Pengajaran*, (Jakarta : Institut Agama Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 1984), h. 17

4. Strategi Mewujudkan Kesehatan Mental

a. Memperkuat Aspek Rohani

Rasulullah SAW telah menghabiskan masa selama tiga belas tahun pertama untuk berdakwah menyeru kepada akidah, meneguhkan akar-akar iman kedalam hati para sahabat, dan membersihkan jiwa mereka dengan *taqarrub* dan ibadah kepada Allah. Iman kepada Allah sungguh memberi pengaruh yang besar dalam mengubah kepribadian bangsa Arab. Mereka meninggalkan banyak akhlak dan adat jahiliyah mereka. Akal mereka terbebas dari kebodohan dan *khurafat*, sedang jiwa mereka terbebas dari rasa takut terhadap hal-hal yang biasanya ditakuti oleh kebanyakan Manusia. Mereka terbebas dari perasaan takut mati, takut fakir, takut musibah, takut Manusia. Mereka mampu hidup dengan damai.

Iman kepada Allah membuat jiwa menjadi lapang, rela dan bahagia serta menjadikan Manusia hidup dalam ketenangan dan kedamaian. Bagi seseorang mukmin yang ikhlas, melalui iman dan ibadahnya, ia mengetahui bahwa Allah selalu bersamanya dan Dia selalu menjaganya. Allah akan memberi taufik dalam hidupnya serta menganugerahkan cintanya.

b. Mengendalikan Keadaan Fisiologis Manusia

Mengendalikan kesadaran fisiologis Manusia berarti menguasai dan mengontrol motif-motif dasar yang ada pada Manusia. Islam tidak menyerukan mengebiri motif-motif dasar, Islam hanya mengajak untuk mengatur dan mengontrol pemenuhannya, mengarahkannya dengan

bimbingan yang benar serta memperhatikan kemaslahatan individu dan masyarakat. Al-Qur'an dan Sunah Nabi menyerukan dua macam pengaturan dalam upaya memenuhi moti-motif dasar dengan cara pemenuhan motif lewat jalan halal, misalnya untuk kebutuhan seksual hanya diperbolehkan lewat pernikahan dan memenuhi kebutuhan fisiologi dan ruhaniah tidak berlebihan. Dalam mempraktikkan dua hal ini titik tekan yang diberikan adalah dengan cara mengendalikan kebiasaan-kebiasaan buruk dan mempercantik hidup dengan akhlaq al-karimah.³⁰

5. Hubungan Agama Dan Kesehatan Mental

Agama merupakan aspek-aspek sosial tidak semata urusan pribadi saja melainkan menyangkut pula urusan kolektif, agama memberikan peraturan-peraturan hidup dan kehidupan Manusia serta mempunyai aturan-aturan untuk melakukan ibadah, mempunyai pecabat-pecabat didalam agama, juga agama memberikan sosial kontrol.

Disamping itu agama juga merupakan kebutuhan yang amat vital bagi segenap umat Manusia. Perasaan kebutuhan dan pernyataan patuh kepada suatu kekuatan yang mutlak tempat bersyukur apabila diberi nikmat dan tempat permohonan apabila datang suatu kesukaran. Adanya zat yang lebih menguasai dan segala yang dihayati Manusia didalam ini. Hal ini semua ditemui dalam agama.

³⁰Mulyadi *Op.Cit.*, h. 11.

Peran agama itu tentunya tidak lepas dari pada unsur kesehatan. Karena sebagaimana yang telah diketahui dalam agama Islam banyak sekali ajaran-ajaran syariat agama Islam yang bicarakan tentang keutamaan menjaga kesehatan baik badan, tempat tinggal dan juga tempat tinggal dan juga tempat ibadah, kesehatan mentalnya.

Menurut Rene Des Cartes (hidup th.1596-1650). Hakikatnya manusia itu adalah *homo esst utens corpore tanguam instrumentto* yang berarti bahwa manusia itu adalah jiwa yang mempergunakan jasmaninya sebagai alat. Bahwa manusia itu dijadikan oleh unsur rohani (spirit) atau jiwa dan oleh unsur jasmani atau jasad.

Kesehatan merupakan suatu kenikmatan yang amat penting dalam kehidupan, baik kesehatan jasmani rohani maupun sehat rohani. Dengan kesehatan dapat menujuang aktivitas.

Agama islam menetapkan tujuan pokok kehadiran untuk memelihara agama, jiwa akal, harta jasmani dan keturunan, anggota badan dan jiwa milik Allah yang dianugrakan untuk di dimanfaatkan bukan untuk di salahgunakan atau dijualbelikan.³¹

Agar kesehatan jiwa optimal, perlu pemeliharaan jiwa dengan baik dengan melalui pemenuhan kebutuhan akan keberlangsungan jiwa dalam pengertian jiwa/mental seseorang memerlukan perawatan seseorang secara seksama antara lain dengan memberikan nutrisi dan makanan yang sesuai dengan kondisi mental/jiwa. Makanan jiwa yang dapat menjadikan

³¹Mirham Am, *Op,Cit*, h. 53

jiwa menjadi damai, tentram dan tenang. Hal ini terkandung dalam komposisi ajaran agama sebab setiap agama memuat nilai yang membangkitkan jiwa³²

Dalam ilmu kedokteran dikenal istilah psikosometik (kejiwabadan), dimaksud istilah tersebut adalah untuk menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang erat antara jiwa dan badan. Jika jiwa berada dalam kondisi yang kurang normal seperti susah, cemas gelisah dan sebagainya, maka badan turut menderita. Jiwa (*psyche*) dan badan (sama). Dan istilah makan hati berulam jantung merupakan cerminan tentang adanya hubungan antara jiwa dan badan sebagai hubungan timbal balik, jiwa sehat badan segar dan badan sehat jiwa normal. banyak dijumpai buku yang mengungkapkan akan betapa eratnya agama dan kesehatan mental. Seperti buku yang berjudul “peran agama dan kesehatan mental”. Zakiah Daradjat.³³

Dibidang kedokteran dikenal beberapa macam pengobatan antara lain dengan menggunakan bahan-bahan kimia (tablet), cairan suntik atau obat minum), elektro-terapi (sorot sinar, getaran arus listrik), chiropractic (pijat), dan lainnya. Selain itu juga dikenal pengobatan tradisional seperti tusuk jarum (acu-punctuur), mandi uap, hingga ke cara pengobatan pedukunan.

³²Bahri ghazali, *kesehatan mental II*, (Bandar Lampung, Pt Harka Indo, 2018), h. 24

³³Jalaludi Ramayulis, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (jakarta, pt radar jaya 1983), h. 78-79

Sejak berkembang psiko analisa yang diperkenalkan oleh Dr.Breured dan S. Freud orang telah mengenal pengobatan dengan *hipotertia*, yaitu pengobatan dengan cara hynotis. Dan kemudian dikenal pula adanya istilah psiko therapi atau autotherapia(peneymbuhan diri sendiri) yang dilakukan tanpa melakukan bantuan obat-obatan biasa. Sesuai dengan istilahnya , maka psikoterapi dan aututherapia digunakan untuk menyembuhkan pasien yang menderita penyakit gangguan rohani (jiwa). Dalam penyembuhan itu digunakan cara penyembuhan sendiri. Usaha untuk mengobati pasien yang menderita penyakit seperti itu, dalam kasus-kasus tertentu biasanya dihubungkan dengan aspek keyakinan masing-masing.³⁴

Sejumlah kasus yang menunjukkan adanya hubungan antara faktor keyakinan dengan kesehatan jiwa atau mental sudah disadari para ilmuwan beberapa abad yang lalu. Seperti pernyataan Carel Gustav Jung “diantara pasien saya yang tengah bayak, tidak seorangpun yang menyebabkan penyakit kejiwaannya yang tidak dilatarbelakangi oleh aspek agama”.

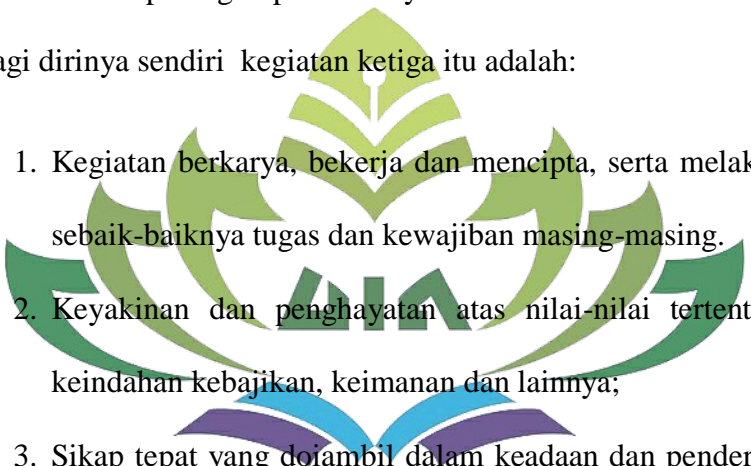
Menurut Hubungan antar kejiwaan dan agama dalam kaitanya dengan hubungan agama sebagai keyakinan dan kesehatan jiwa, terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap kepada suatu kekuasaan yang maha tinggi. Sikapa pasrah yang serupa itudiduga itu akan memberikan sikap optimis pada diri seseorang sehingga muncul perasaan muncul seperti rasa bahagia, rasa senang, puas, sukses, merasa dicintai atau rasa aman. Sikap emosi merupakan bagian dari kebutuhan asasi Manusia sebagai mahluk yang bertuhan.

Ajaran agama mewajibkan mewajibkan penganutnya untuk melaksanakan ajaran secara rutin. Bentuk dan pelaksanaan ibadah agama,

³⁴*Ibid*, h.79

paling tidak akan ikut berpengaruh dalam menanamkan keluhuran budi yang ada pada puncaknya akan menimbulkan rasa sukses sebagai pengabdian Tuhan yang setia. tindakan ibadah setidaknya akan memberi akan rasa bahwa hidup menjadi lebih bermakna. Dan Manusia memiliki kesatuan jasmani dan rohani secara tak terpisahkan.

Lekoterapi menunjukkan tiga bidang kegiatan yang secara potensial memberikan peluang kepada dirinya sendiri. untuk menemukan makna hidup bagi dirinya sendiri kegiatan ketiga itu adalah:

- 
1. Kegiatan berkarya, bekerja dan mencipta, serta melaksanakan dengan sebaik-baiknya tugas dan kewajiban masing-masing.
 2. Keyakinan dan penghayatan atas nilai-nilai tertentu kebenaran, keindahan kebajikan, keimanan dan lainnya;
 3. Sikap tepat yang diambil dalam keadaan dan penderitaan yang tidak terletakkan lagi.

Dalam menghadapi dikapi yang tak terhindarkan oleh kondisi yang ketiga, maka ibadah merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk membuka pandangan seseorang akan nilai-nilai potensial dan makna hidup yang terdapat dalam diri dan sekitarnya.³⁵

Sigmund Freud menganggap agama sebagai gejala *neurosis* obsesi yang universal. Anton p. Boisen ber teori bahwa agar orang

³⁵*Ibid*, h. 148-149

islammenghayati agama lebih baik, dia harus menderita sakit jiwa lebih dahulu. Orang-orang yang beragama harus melewati tahap Schizo Phernia lebih dahulu, maka pesimisme. Freud tadi pada hakekatnya justru mencerminkan adanya penyakit dep Ressi Neurosis pada diri sendiri.³⁶

Agama digunakan untuk menunjang motif-motif ke senang-senang, kenikmatan diri, demi kebutuhan akan status dan kebanggaan ego, serta harga diri yang berlebih-lebihan. Orang yang beragama dengan cara ini pernyataannya cuma melaksanakan bentuk-bentuk luar dari agama. Ia berpuasa sholat, naik haji dan sebagainya bukan untuk dimanfaatkan baik ketentraman kehidupan batinnya.

1. Dalam sejarah hidup setiap Manusia sering terjadi peristiwa peristiwa dahsat yang menimpah dirinya. Yang dihayatinya dengan kacamata Imannya, sebagai kehendak. Maka Allah memberi cobaan terhadap Imam yang telah tertanam dalam hatinya, yaitu sebagai peringatan darinya, bahwa sudah waktunya orang untuk bertaubat. Dan sebagai latihannya darinya., bahwa di kemudian hari orang akan memikul tugas-tugas yang lebih erat lagi dan hukuman di berikan olehnya di dunia sebagai penebus kesalahan yang di perbuatnya.
2. Agama islam juga memberi petunjuk dan tuntutan bagi umatnya yang seluruh tertera dalam al-qur'an.
3. Motifasi beragama pada Manusia.

³⁶Kartini Kartono, *Op,Cit*, h. 229

Pertama sebagai identitas dirinya. Bagi mereka yang motifasi demikian, pengakuan beragama ini jarang diikuti dengan pelaksanaan kewajiban-kewajiban agama, baik yang wajib maupunsunah.

Kedua beragama dan melaksanakan ibadahnya merupakan akibat dari keharusan, dan keharusan, dan kebiasaan, atau tradisi yang turun menurun dari orang tuanya

Ketiga serta pelaksanaan ibadahnya dilakukan sebagai kegiatan ritual, rutin, dan dihayati sebagai syarat lahiriah belaka dalam beragama.

Keempat sholat, dan puasa yang dikerjakan dengan khusuk hanya didasari oleh permohonan kepada Allah atas pertolongannya, karena telah terjadi kesedihan dan kejadian yang mengancam hidupnya.

Maka menurut Freud hal ini merupakan regresssi ke masa anak-anak. Sebab semakin berat masalahnya, makin kuat doany. Nilai dari ibadah semacam dianggap sebagai kelakuan agamais yang benar. Termasuk dalam motivasi beragama jenis ini adalah permohonan ampunkarena ia merasa bersalah dan mengajarkan dosa, serta adanya frustasi karena takut mati³⁷

Dalam keimanan seseorang sejati, Manusia mengajarkan perinatah-perintah agama dengan ikhlas sebagai hamba Allah, pamrih. Hubungan dengan Tuhan sudah demikian pribadi, sehingga orang tidak menghitung-hitung lagi upah atau tautan lain. Sebab rahmat Allah sudah dirasakan

³⁷*Ibid*, h. 302

melimpah ruah dalam hidupnya, dan dia bisa menikmati rasa tentram dan bahagia sejati.³⁸

Dan menurut Jalaludin agama dapat memberi dampak yang cukup berarti dalam kehidupan Manusia termasuk terhadap kesehatan mental.³⁹

6. Agama Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental

Agama pada dasarnya merupakan kebutuhan pokok Manusia karena hanya agamalah yang mampu memberikan solusi atas persoalan yang dihadapi baik secara individu maupaun kelompok termasuk didalamnya masalah kesehatan mental.⁴⁰

Kesehatan mental (*mental hygiene*) adalah ilmu yang meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, pengaturan-pengaturan. Serta untuk memprioritaskan kesehatan rohani. Orang yang sehat mentalnya ialah orang yang dalam rohnya atau dalam hatinya selalu merasa tenang , aman dan tentram.

Dalam ilmu kedokteran dikenal istilah psikosomatik (kejiwa badannya) untuk bahwa terdapat hubungan erat antara jiwa dan badan. Jika beradadalam kondisi yang kurang normal seperti susah,cemas, gelisah dan sebagainya, dan badan menurut menderita.

³⁸Kartini Kartono Dan Jeni Andari, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*,(Bandung, Pt, Mandar Maju, 1989), h. 299-302

³⁹Jalaludin, *Op.Cit* h. 135

⁴⁰Bahri Ghazali, *Op,Cit*, h. 23

Mahmud Abd Al-qodir berkesimpulan bahwa segala bentuk gejala emosi seperti, bahagia, rasa dendam, rasa marah, takut, berani pengecut yang ada dalam diri Manusia adalah akibat dari pengaruh persenyawaan-persenyawaan kimia hormon, tetapi dalam kenyataan ya, kehidupan akal dan emosi Manusia senantiasa berubah dari waktu ke waktu.

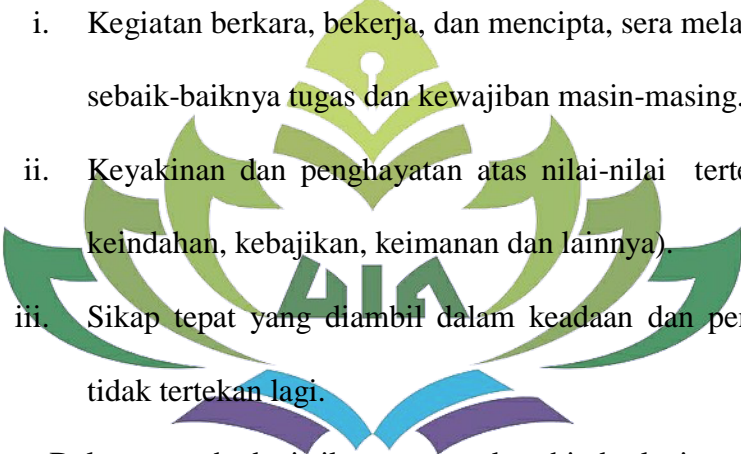
Jika terjadi perubahan-perubahan yang terlalu lama, seperti panik, takut dan sedih yang bersedih terlalu lama, akan timbul perubahan-perubahan kimia lain yang mengakibatkan saraf yang bersifat kejiwaan. Jika seseorang berada dalam keadaan normal, seimbang hormon kimianya, maka ia akan selalu berada dalam keadaan aman. Dari situ sangat tergantung derajat keimanan yang tersimpan di dalam Manusia di samping faktor susunan tubuh serta dalam kesadaran manusia itu.

Hubungan antara kejiwaan dan agama dalam kaitannya dengan hubungannya antara agama sebagai keyakinan dan kesehatan jiwa, terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap sesuatu kekuasaan terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan yang maha tinggi. Sikap pasrah yang diduga akan memberikan sikap optimis pada diri seseorang hingga muncul perasaan positif seperti rasa bahagia, rasa senang, puas, sukses, merasa dicintai atau rasa aman.

Setiap ajaran agama mewajibkan penganutnya untuk melaksanakan ajaran secara rutin. Bentuk pelaksanaan ibadah agama, paling tidak diikuti pengaruhnya dalam menanamkan keluhuran yang pada puncaknya akan

menimbulkan rasa sukses sebagai pengabdian tuhan yang setia. Tindakan ibadah sedikit-tidaknya akan memberi rasa bahwa hidup menjadi bermakna. Dan manusia sebagai makhluk yang memiliki kesatuan jasmani dan rohani secara tak terpisahkan memerlukan yang dapat memuaskan keduanya.

Logoterapi menunjukkan tiga bidang kegiatan yang secara potensial memberi peluang kepada seseorang untuk menemukan makna hidup bagi dirinya sendiri. Tiga kegiatan itu adalah.

- 
- i. Kegiatan berkarya, bekerja, dan mencipta, serta melaksanakan dengan sebaik-baiknya tugas dan kewajiban masing-masing.
 - ii. Keyakinan dan penghayatan atas nilai-nilai tertentu (kebenaran, keindahan, kebajikan, keimanan dan lainnya).
 - iii. Sikap tepat yang diambil dalam keadaan dan penderitaannya yang tidak tertekan lagi.

Dalam menghadapi sikap yang tak terhindar lagi pada kondisi ketiga, maka ibadah merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk membuka pandangan seseorang akan nilai-nilai potensial dan makna hidup yang terdapat dalam diri dan sekitarnya.

Agama sering dipandang sebagai anutan, dianggap sebagai anutan. Dianggap sebagai sesuatu yang datang dari luar dan asing. Padahal, potensinya sudah bersemi dalam batin sebagai fitrah manusia, potensinya dilantarkan oleh keangkuhan keegoisan Manusia. Jalinan keharmonisan antara kebutuhan fisik dan mental spritual terputus. Akibatnya, Manusia

kehilangan kemampuan untuk mengenal dirinya. Menyelami potensi diri sebagai mahluk hidup beragama(homo religius).

menjauhkan diri sang maha pencipta, berarti mengosongkan diri dari nilai-nilai Imani sungguh merupakan kerugian terbesar bagi Manusia selaku mahluk berdimensi spritual.⁴¹



⁴¹*Ibid*, h, 143-152

BAB III

PEMIKIRAN ZAKIAH DARADJAT TENTANG FUNGSI AGAMA TERHADAP KESEHATAN MENTAL

A. Biografi Zakiah Daradjat

1. Riwayat Hidup

Zakiah Daradjat lahir pada tanggal 6 november di jorong kota marapak, negri lambah, ampek angkek, agama. Alamat beliau di jalan rumah sakit fatmawati no. 6 jakarta selatan, ayahnya sendiri bernama Haji Darajat Husain aktif dalam pergerakan Muhamadiyah sementara ibunya bernama Rafiah adalah anggota sarekat Islam. Dia adalah anak tertua dari 11 saudara, termasuk lima adik lain ibu. Zakiah Daradjat telah ditempa pendidikan Agama dan dasar keimanan yang kuat.

Zakiah di usia tujuh tahun sudah mulai masuki sekolah, pagi ia belajar di Standarschool Muhamadiyah dan sorenya belajar Diniyah School. Semasa sekolah ia memperlihatkan minat yang cukup besar dalam bidang ilmu pengetahuan dan Agama. Saat dia masih duduk di bangku kelas empat SD, ia berpidato pertama kali dihadapan guru dan kak kelasnya. Setelah tamat pada tahun 1941, Zakiah masuk ke salah satu SMP di padang panjang sambil mengikuti sekolah agama di Kuliyatul Muballighat, khursus calon mubaliq.

Tahun 1951, Zakiah menamatkan pendidikan SMA di bukit tinggi sebelumnya, ia pernah belajar disekolah asisten apoteker, tetapi tidak

diteruskan akibat agresi militer belanda yang ditakuti pembumi hangusan bukit tinggi. Setelah itu, meninggalkan kampungnya menjalani pendidikan di Yogyakarta. Dan lulus di dua perguruan tinggi dengan fakultas tinggi dengan fakultas yang berbeda, yaitu Fakultas Tarbiyah Perguruan Tinggi Agama Islam Negeri (PTAIN) yogyakarta dan fakultas hukum Universitas Islam Indonesia (UII). Namun, setelah tahun ketiga ia meninggalkan kuliah di UII orang tuanya menyarankan untuk fokus pada satu jurusan.

2. Riwayat Pendidikan Dan Karir

a. Pendidikan

1. Pada tahun 1941. Standr Scool Muhamadiyah Bukit Tinggi
2. Tahun 1947. Kuliatul Mubalighat Muhamadiyah Padang Panjang .
3. Tahun 1947. SMP Negeri Padang Panjang
4. Tahun 1951. SMA bagian BTDR, Pemuda, Bukit Tinggi
5. Pada tahun 1995. Doktor , Fakultas Tarbiyah, PTAIN Yogyakarta
6. Pada tahun 1958. Special Diploma For Education, Ein Shams Universitas Fakulity Of Education, Cairo.
7. Pada tahun 1989. Magister Pendidikan, Spisialis Dalam Mental Hygiene, EIN Shams University, Cairo.
8. Pada tahun 1964. Doktor (PH.D.) Pendidikan Spicialisasi Psychotherapy, EIN Shams University, Cairo.

9. Pada tahun 1976. Sekolah Staf dan pimpinan Administrasi (SESPA), Departemen Agama Republik Indonesia, Jakarta.
10. Pada tahun 1978. Penataran calon Penatar P4 (Manggala P4 Nasional) Bogor.
11. Pada tahun 1982. Penataran kewaspadaan nasional khusus, Jakarta.¹

b. Adapun Pengalaman-Pengalaman Kerja Zakiah Daradjat

1. Pada tahun 1964 sampai dengan 1967, menjadi Pegawai pada Perguruan Tinggi Agama, Departemen Agama Republik Indonesia.
2. Pada tahun 1967 sampai dengan 1972, menjadi kepala dinas penelitian dan kurikulum pada direktor Perguruan Tinggi Agama Departemen Agama Republik Indonesia.
3. Pada tahun 1972 sampai dengan 1977, menjadi direktur direktorat pendidikan agama, Departemen Agama Republik Indonesia.
4. Pada tahun 1977 sampai dengan 1984, menjadi direktur direktorat pembina di perguruan tinggi agama islam, departemen agama republik indonesia.
5. Pada tahun 1983 diangkat menjadi anggota dewan pertimbangan agung republik indonesia.²

¹ Zakiah Daradjat, *kesehatan mental* (Peranannya Dalam Pendidikan Dan Pengajaran), Jakarta Institut Agama islam Negeri Syarif Hidayatullah, 1984) h, 63

² Ibid, h. 64.

c. Kegiatan Akademik Zakiah Daradjat

Pada tahun 1965 sampai dengan 1971, menjadi dosen luarbiasa, Kesehatan Mental, pada:

1. IAIN Syarif Hidayatullah, Jakarta
2. IAIN Arraniry, Banda Aceh
3. IAIN Imam Binjol, Padang
4. IAIN Raden Patah, Palembang
5. Universitas Muhamadiyah, Jakarta
6. Univrsitas Islam Sumatra Utara, Medan
7. Pusat Pembinaan Mental, Angkatan Bersenjata Republik Indonesia
8. Institut Teknologi Bandung (Stusium General) Bandung
9. IAIN Syarif Hidayatullah, Jakarta
10. IAIN Sunan Gunung Jati, Bandung
11. Univrsitas Islam Sumatra Utara, Medan
12. Pusat Pembinnann Mental, Angkatan Bersenjata Republik Indonesia
13. Penerima Beasiswa Organisasi Islam Asia Afrika
14. Pada tahun 1966 sampai dengan 1971, menjadi dosen luar biasa ilmu jiwa anak dan ilmu jiwa sosial, pada IAIN Syarif Hidayatullah, Jakarta.
15. Pada tahun 1968, menjadi kursus Sosiawan – Sosiawati, Departemen Sosial
16. Pada tahun 1968, menjadi kursus Sosiawan-Sosiawati, Deprtemen Sosial

17. Pada tahun 1968 sampai 1972, menjadi Anggota Tim Kerja sama Teknik Luar Negri, Departemen Agama Republik Indonesia
18. Pada tahun 1968, menjadi anggota Tim pelaksana Survei Keagamaan, dengan Departemen Agama Republik Indonesia
19. Pada tahun 1969, menjadi Anggota TIM pelaksanaan masalah porno kejaksan Agung, Jakarta.
20. Pada tahun 1970 sampai dengan 1971, menjadi Dosen Luar biasa, pendidikan Agama, pada akademik Ilmu pemasarakataan, Departemen Kehakiman.

3. Aktifitas Sosial Dan Politik Zakiah Daradjat

a. Didalam Lembaga, Badan Pada Instansi Pemerintahan Dan Masyarakat:

1. Konsultasi Kejiwaan Pada Bali Pengobatan Departemen Agama Ri. Jakarta, 1965.
2. Anggota Tim Penilaian Buku Pelajaran, pada Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, jakarta 1968.
3. Anggota Tim kerja sama teknik luar negri (TKTLN) Departemen Agama RI, Jakarta 1968-1984.
4. Anggota Tim Pembinaan Pendidikan Agama Pada Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, Jakarta 1969-1972.
5. Anggota Studi Groub Majelis Pendidikan Nasional, 1968-1972.

6. Salah Seorang Pendiri Dan Pemimpin, lembaga Pendidikan Kesehatan Jiwa, Universitas Islam Jakarta, 1969-1984.
7. Pengurus Pusat Persatuan Wanita Departemen Agama 1966-1976
8. Anggota Tim Penelahan Masalah Porno, Kejaksaan Agung, 1969-1970
9. Andalan Nasional Gerakan Pramuka Ri. Masa Bakti 1970-1974
10. Anggota Team Screening Departemen Agama. Ri. 1970-1971.
11. Anggota Ahli Komite Nasional Kedudukan Wanita Indonesia (KNKWI), 1970-1971.
12. Konsultasi Kejiwaan (Perorangan), 1965-1984.
13. Anggota Ahli Team Kerja Penyusunan Pola Penanggulangan Kenakalan Remaja, Departemen Sosial 1971-1972.
14. Anggota bidang kenakalan remaja pada badan kordinasi pelaksanaan Intruksi Presiden no. 6, tahun 1971 (Bakolak Inpres 6/71) 1971-1984.
15. Anggota team penyelesaian tahanan pusat (TEPTAPU) 1972-1973.
16. Anggota Badan Kordinasia Nasional Untuk Kesejahteraan Keluarga dan Anak (BKN-KKA), departemen sosial 1972-1973.
17. Anggota panitia tahun buku Internasional, departemn pendidikan dan kebudayaan, 1972-1973.
18. Anggota pengurus (ek offcio) yayasan pendidikan islam, departemn agama 1972-1973.
19. Anggota badan tetap penilaian ijazah luar negri, departemn pendidikn dan kebudayaan, 1972-1977.

20. Penasehat pada Ahli pada Konsultasi Perkawinan dan Hukum, BP4 Pusat 1974-1977.
21. Anggota Tim Penelitian Buku Bacaan Sekolah Dasar, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1974-1976.
22. Anggota Tim Pengecekan Guru Agama Departemen Agama (TEPEGADE), 1975-1976.
23. Ketua Merangkap Anggota Tim Penilaian Buku Pelajaran Madrasah Ibtidaiyah Negeri, 1975-1976.
24. Anggota Tim Seleksi Buku Bacaan Kanak-Kanak, Remaja Dan Pemuda, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1975.
25. Anggota Tim Seleksi Buku Pedoman Guru Agama Pada Sekolah Umum, Departemen Agama, 1976.
26. Anggota Tim Inter Departemen atau Kopkamtib Dalam Rangka Mendukung Kegiatan Penanggulangan Bahaya dan Penyalah Gunaan Serta Korban Narkotika dan Obat-Obat Berbahaya Lainnya Di Indonesia, 1976-1977.
27. Anggota Tim Kerja P7. 1977-1980.
28. Wakil Ketua Tim Seleksi dan Penilaian Karya Ilmiah Dosen IAIN. 1978-1984.
29. Anggota komisi pembaruan pendidikan nasional, departemen pendidikan nasional, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1978-1980.

30. Ketua Tim Pelaksanaan Pemberian Biaya Penelitian bagi Peserta Program Dokter Dosen IAIN, 1978.
31. Wakil Ketua Kelompok Kerja (Bidang Anak Dalam Lingkungan Keluarga) pada Panitia Nasional Tahun Internasional Anak-Anak, 1979.
32. Anggota Tim Penelitian Hukum, Badan Pembinaan Hukum Nasional Departemen Kehakiman, 1979-1983.
33. Anggota Dewan Siaran Nasional, Departemen penerangan, 1979-1985.
34. Anggota perguruan tinggi Swasta (LPTS) Departemen Pendidikan dan Kebudayaan 1979-1984.
35. Anggota pengurus KOPRI Unit Departemen Agama, 1979-1981.
36. Anggota Tim Inti bagian proyek pemantapan implementasi P4, Dewan Pertahanan Keamanan Nasional 1980.
37. Anggota Tim Kerja Sama Ulama dan Lingkungan Hidup. Materi PPLH-1980.
38. Anggota Pengurus Majelis Ulama Indonesia, 1980-1984.
39. Anggota Dewan Pembina pada lembaga Konsultasi dan Bantuan Hukum untuk wanita dan keluarga, Jakarta 1980-1984.
40. Wakil ketua satuan Tugas Dewan Pimpinan GUPPI, 1982.
41. Anggota Tim Pelaksanaan Pengkajian Hukum, 1982-1983.
42. Staf Ahli Redaksi Atau Pengasuhan Majalah Pembimbing, 1982

43. Penyelenggaraan Pendidikan Kesehatan Mental YPI Ruhma, Jakarta 1984.³

4. Karya-Karya Zakiah Daradjat

Dalam masa aktif di departemen kementerian agama, Zakia Darajat mulai menulis buku disamping mengajar karya atau buku karangan Zakiah kebanyakan merupakan kumpulan tulisan yang diangkat dari kuliah-kuliah dan ceramah-ceramahnya. Selain menulis buku, Zakiah juga giat menterjemahkan pun berkisar kepada masalah-masalah psikologi.

Pertama, Pendidikan Islam Dalam Keluarga Dan Sekolah, buku ini berisi gagasan orisinal Zakiah Daradjat tentang pendidikan Islam. Buku tersebut antara lain berisi tentang prinsip-prinsip pendidikan Islam dan implementasinya dalam pendidikan anak di dalam keluarga dan sekolah.

Kedua, ilmu pendidikan Islam. Didalam buku ini, Zakiah membahas tentang konsep pendidikan Islam yang didasarkan pada pandangannya tentang Manusia menurut persepektif ilmu jiwa. Menurutnya, dimensi manusia terdiri dari Fisik, Akal, Akhlak, Iman, Takwa, Estetika, dan Sosial Kemasyarakatan.

Ketiga, metodologi pengajaran agama Islam, buku yang disusun dalam sebuah tim ini, selain membahas tentang berbagai macam metode dalam

³ Ibid, h. 80-83

penyampaian materi pelajaran, juga membahas tentang kualifikasi guru yang ideal, yaitu guru yang memiliki kompetensi dan kepribadian yang baik.

Keempat, Metode Khusus Pengajaran Agama Islam, buku ini disusun oleh Zakiah Daradjat bersama-sama dengan kawan-kawannya dalam sebuah tim, isi buku ini merupakan pendalaman lebih lanjut tentang metode pengajaran yang dikhususkan pada pengajaran agama Islam. Dengan buku ini Zakiah mencoba menjelaskan tentang seluk beluk metode pengajaran serta hal-hal yang terkait dengan

Pinsip-prinsip yang perlu dipertimbangkan dalam menggunakan metode pengajaran, yaitu individualitas, kebebasan, lingkungan, globalisasi, pusat-pusat minat, aktivitas, motivasi, pengajaran berupa serta korelasi dan konsentrasi.

Kelima, kesehatan mental: perannya dalam pendidikan dan pengajaran, buku ini merupakan kumpulan pidato pengukuhan sebagai guru besar tetap dalam ilmu jiwa agama IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta, pada tanggal 27 agustus 1984. Buku ini berisi tentang uraian tentang peranan kesehatan mental yang dikelompokkan menjadi tiga bagian, kondisi kesehatan, ilmu pengetahuan, dan lingkungan.

Keenam, interelisasi pendidikan Islam dengan disiplin ilmu-ilmu lainnya, buku ini merupakan kumpulan makalah yang disampaikan dalam berbagai kesempatan, antara lain pada musyawarah nasional pendidikan Islam di Ciawi, Bogor pada tahun 1993. Sebagai mana halnya pada bukunya

yang pertama diatas, didalam buku ini Zakiah Daradjat mengungkapkan kembali tesisnya tentang Manusia sebagai makhluk yang memiliki tujuh dimensi, yaitu Fisik, Akal, Agama, Akhlak, Kejiwaan, Estetika, dan Sosial Kemasyarakatan.

Selain itu buku tersebut berbicara tentang hubungan antara ilmu pendidikan ke Islaman dengan ilmu-ilmu lainnya. Menurutnya, hubungan tersebut merupakan suatu

Keniscayaan, karena relasi antara ilmu pendidikan Islam dengan ilmu jiwa dengan berbagai bagiannya merupakan relasi yang sangat erat. Ilmu pendidikan Islam berusaha membina pengembangan Manusia, dan agar dapat mengembangkan manusia tersebut diperlukan ilmu jiwa.

Berdasarkan informasi yang terdapat dalam berbagai karya tulisnya itu kita dapat mengetahui, bahwa Zakiah Daradjat pada dasarnya sebagai seorang yang memiliki ilmu jiwa agama. Keahlian dalam bidang tersebut telah ia gunakan untuk merumuskan berbagai konsep pendidikan Islam.

a. Buku Yang Dikarang Zakia Darajat Karangan Sendiri

1. “Musykilatuatul Murahqah Fi Indonesia”- Theis untuk mencapai gelar magister (MA), pad Fakultas Pendidikan, Universitas Ein Shams Cairo 1959.
2. Dirasah tarbiyah littagayyuraati allati tatrau allatif tatrau ala syakhshi yatil atfaa al muskilin infialian fi khilafinfi khilalili fatratil ‘ilaj an-nafsi grairil muwajjah ‘ an thariqil la’bi” disertasi untuk mencapai

gelar doktor (PH.D.) Dalam psiko-terapi, pada fakultas pendidikan, Universitas Ein Shams, Cairo, 1964.

3. Kesehatan Gunung Agung , Jakarta 1969.
4. Peran Agama Dalam Kesehatan Mental Gunung Agung, Jakarta 1970.
5. Ilmu Jiwa Agama, Bulan Bintang, Jakarta 1970.
6. Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental, Bulan Bintang, Jakarta 1970.
7. Islam dan Kesehatan Mental, Gunung Agung, Jakarta 1971.
8. Membina Nilai-Nilai Moral Di Indonesia, Bulan Bintang, Jakarta, 1971.
9. Kesehatan, Jilid : i, ii, iii, Pustaka Antara, Jakarta 1971.
10. Perawatan Jiwa Untuk Anak-Anak Terjemahan Disertasi Doktor Dengan Sedikit Tambahan), Bulan Bintang, Jakarta 1973.
11. Problem Remaja Di Indonesia (Terjemha Thsis Magister), Bulan Bintang, Jakarta 1974
12. Kesehatan (pertolongan pertama pada kecelakaan) jilid iv, pusataka antar 1974.
13. Pembinaan atau Mental, Bulan Bintang, Jakarta 1974.
14. Ketenangan dan kebahagiaan dalam keluarga, Bulan Bintang, Jakarta 1974.
15. Pendidikan orang dewasa, Bulan Bintang, Jakarta 1975.
16. Perkawinn yang bertanggung jawab, Bulan Bintang, Jakarta 1974.

17. Pembinaan remaja, Bulan Bintang, Jakarta 1975.
18. Menghadapi masa menopause, Bulan Bintang, Jakarta 1975.
19. Kunci kebahagiaan, Bulan Bintang, Jakarta 1977.
20. Membangun Manusia Indonesia yang Bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Bulan Bintang, Jakarta 1978.
21. Islam Dan Peranan Wanita, Bulan Bintang, Jakarta 1978.
22. Kepribadian Guru, Bulan Bintang, Jakarta 1978.
23. Peranan IAIN dalam pelaksanaan P4, Bulan Bintang, Jakarta 1979.

b. Buku Karangan Yang Di Terjemahkan Zakiah Darajat Sendiri

1. Pokok-pokok Kesehatan Mental Jiwa Atau Mental, (karangan prof. Dr. Abul aziz Al Quusy, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta 1974
2. Ilmu Jiwa, Prinsip-Prinsip dan Implementasinya dalam Pendidikan, (karangan prof. Dr. Abdul Azis Al Quusy, Cairo) Bulan Bintang, Jakarta 1976.
3. Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat, karangan prof. Dr. Mustofa Fahmi, Cairo), bulan bintang, Jakarta 1977.
4. Bimbingan Pendidikan dan Pekerjaan, (Karangan Dr. Attia Mahmud Hana, Cairo), Bulan Bintang, Jakarta 1978.
5. Anda dan Kemampuan Anda, (Karangan Virginia Bailyard), Bulan Bintang, Jakarta 1979.
6. Pengembangan kemampuan belajar pada anak-anak, (karangan Harry N. Rivlin), Bulan Bintang, Jakarta 1980.

7. Dendam Anak-Anak (Karangan Paul Witty), Bulan Bintang, jakarta 1980.
8. Anak-Anak yang Cermelang, (Karangan Paul Witty), Bulan Bintang, Jakarta 1980.
9. Mencari Bakat Anak-Anak, (karangan g. Frederic Kuder dan Blance b. Paulson), Bulan Bintang, Jakarta 1980.
10. Penyesuaian Diri dan Penggantian dan Peranannya dalam Kesehatan Mental, (karangan prof. Dr. Mustofa fahmi, cairo), bulan bintang, jaarta 1982
11. Marilah Kita Pahami Persoalan Remaja, (Terjemahan Buku h.h Rammers dan c.g. Hackkett), Bulan Bintang, Jakarta 1984.

c. Karangan Zakiah Daradjat bersama orang lain

1. Pelajaran Tafsir Al-qur'an jilid i, ii, iii untuk Madrasah Ibtidaiyah, Bulan Bintang, jakarta 1968.
2. Agama Islam Untuk s,d(6jilid), Mutiara, Jakarta, 1973.
3. Kurikulum Madrasah Ibtidiyah Negri, Direktorat Pendidikan Agama, Departemen Agama , Jakart 1973.
4. Kurikulum Madrasah Tsanawiyah Agama Islam Negri, Direktorat Pendidikan Agama, Departemen Agama , Jaarta, 1973.
5. Kurikulum Madrasah Aliyah Agama Islam Negri, Direktorat Pendidikan Agama Departemen Agama, Jakarta, 1973.

6. Kurikulum Pendidikan Guru Agama Negeri, Direktorat Pendidikan Agama, Departemen Agama, Jakarta. 1973.
7. Almanak Direktorat Pendidikan Agama, Jakarta 1974.
8. Alamanak Direktorat Pendidikan Agama, Jakarta 1975.
9. Buku Pelajaran Agama Islam Disekolah Dasar, Proyek Pengadaan Buku Pelajaran Agama di Sd, Departemen p dan k, 1977.
10. Pendidikan Agama Islam untuk SPG (3 jilid), Proyek Pengadaan Buku SPG. Departemen p dan k 1976/1977.
11. Pendidikan Agama Islam untuk SD, buku i dan ii untuk guru, buku iii sampai dengan vi untuk murid, proyek peningkatan mutu pendidikan Agama Disekolah Umum Departemen Agama, Jakarta 1978.
12. Pedoman Pelaksanaan Pendidikan Agama Islam (6 jilid), untuk guru agama s.d. Proyek Peningkatan Mutu Pendidikan Agama Islam di Sekolah umum Departemen agama, Jakarta 1978.
13. Pendidikan Agama Islam Untuk SMA (6 jilid), Bintang
14. Buku Pedoman Pelaksanaan Pendidikan Agama Islam Untuk SMA, Bulan Bintang, Jakarta 1978.
15. Kurikulum Institut Agama Islam Negeri, Ditbinperta Islam, Jakarta, 1979.
16. Kurikulum dan Silabus Pendidikan Agama Islam pada Perguruan Tinggi Umum, Ditbinperta Islam, Jakarta 1979.

17. Pola Dasar Pendidikan Agama Islam Pada Perguruan Tinggi Umum,
Ditrbinperta Islam, Jakarta 1979.
18. Pedoman Pendidikan Agama Islam pada Perguruan Tinggi Umum,
Ditbinperta Islam, Jakarta 1979.
19. Metodik Husus Pengajaran Agama Islam, Proyek Pembinaan Ppta/Iain
di Pusat Jakarta, 1980/81
20. Naskah buku Perbandingan Agama, Proyek Ppta/Iain Di Pusat, Jkarta,
1980.
21. Pedoman Latihan Kepemimpinan Mahasiswa, Proyek Pembinaan
Kemahasiswaan Departemen Agama, 1980.
22. Naskah Bimbingan Praktis Pendidikan Agama Islam Untuk Osis,
Proyek Pembinaan Pendidikan Agama Pada Sekolah Umum,
Departemen Agama 1980
23. Metodologi Penddikna Agama, Cv Forum, Jakarta 1981
24. Buku Informasi Tentang Iain, Proyek PPTA/IAIN di Pusat 1981.
25. Pengantar Ilmu Fikih, Proyek PPTA/IAIN di Pusat, Jakarta 1981.
26. Perbandingan Agama, Proyek PTA/IAIN, Jakarta 1981/1982.
27. Pedoman Umum/Dasar Kerja MPKM dan BPKM, Proyek Pembinaan
Kemahasiswaan Departemen Agama, Jakrta 1981.
28. Buku Stastitik IAIN tahun 1981/1982, Ditbinpeserta Islam
Departemen Agama.

29. Naskah buku pedoman pelaksanaan P4 bagi Lembaga Pendidikan Agama Islam Tingkat Menengah dan Tinggi, Proyek Bimbingan Pelaksanaan P4 Bagi Umat Beragama 1981.
30. Penyusunan Ensiklopedia Islam, Jakarta 1981-1984.
31. Pendidikan Ilmu Agama Islam, Ditbinperta Islam, Jakarta 1982.
32. Rencana Induk Pengembangan IAIN 25 tahun, Ditbinperta Islam, Jakarta 1982.
33. Pengantar Ilmu Tasawuf, Proyek Pembinaan Perguruan Tinggi Agama Islam Negri Sumatera Utara 1981/1982.
34. Ilmu Fiqih, Jiid li Proyek Penggunaan Perguruan Tinggi Agama/IAIN di Jakarta, Direktorat Jenderal Pembinaan Kelembagaan Agama Islam Departemen Agama, 1982/1983.

5. Kiprahnya dalam bidang Psikologi

Dari sekian banyak kiprahnya dalam berbagai kegiatan, kehadiran Prof. Dr. Zakiah Daradjat tampaknya lebih dikenal dan tak bias lepas dari psikologi agama atau kesehatan mental. Kesehatan mental dan psikologi agama adalah disiplin ilmu yang keahliannya ditekoni dan disosialisakannya secara konsisten, tak kenal lelah dan bosan melalui berbagai media; buku, artikel, makalah, diskusi atau seminar, juga melalui ceramah di berbagai forum, kemudian melalui radio dan televisi, serta dalam mengajar di berbagai lembaga pendidikan.

Zakiah Daradjat adalah orang yang pertama kali merintis dan memperkenalkan psikologi agama di lingkungan Perguruan Tinggi Islam di Indonesia. Buku karangannya bukan saja menjadi bacaan wajib di perguruan tinggi terutama mengenai Pendidikan Agama dan Psikologi Agama, tetapi juga menjadi rujukan bagi kalangan perguruan tinggi, para pendidik, dan pengambil kebijakan di bidang pendidikan dan sosial keagamaan bahkan menjadi bacaan populer masyarakat umum.

Kiprah Prof. Dr. Zakiah Daradjat di bidang psikologi sepanjang karier akademik dan intelektualnya berusaha mencari kaitan antara terapi pendidikan dengan nilai-nilai agama. Dalam kaitan ini beliau menjadi fenomena menarik. Ia ingin mengintegrasikan pendekatan agama dengan ilmu pengetahuan modern. Dengan merujuk kepada berbagai literatur, baik berasal dari barat maupun dari Islam, ditemukan sintesa baru : agama memiliki peran yang sangat fundamental dalam memahami esensi kejiwaan manusia. Karena itu agama dapat dijadikan pijakan psikologi.

Sebagai seorang psikolog religi Prof. Dr. Zakiah Daradjat berusaha meneliti pengaruh agama terhadap sikap dan tingkah laku atau mekanisme yang bekerja dalam diri seseorang. Menurutnya cara berpikir, bersikap, bereaksi, dan bertindak laku tidak bisa dipisahkan dari keyakinan agama. Sebab, keyakinan itu masuk dalam konstruksi kepribadian manusia.

Sebagai seorang psikolog religi Prof. Dr. Zakiah Daradjat juga melihat doa sebagai terapi mental. Menurutnya, doa sangat berperan sebagai

ketentraman batin. Dengan berdoa kita memupuk rasa optimis. Doa bahkan mempunyai manfaat bagi pembinaan dan peningkatan semangat hidup. Doa mampu mnyembuhkan stress dan gangguan jiwa. Dengan kata lain, doa mempunyai fungsi kuratif, preventif, dan konstruktif bagi kesehatan mental.² Dalam praktek konsultasinya, dalam rangka membantu penyembuhan terhadap gangguan kejiwaan yang diderita seorang pasien, Prof. Dr. Zakiah Daradjat pada umumnya menggunakan metode *non-directive psycho therapy* dengan menyisipkan ajaran agama yang relevan dengan kondisi atau bentuk gangguan jiwa yang dialami oleh seorang pasien. Sisipan agama itu sendiri dilakukan dengan metode dialog sehingga tidak menimbulkan kesan bahwasia pasien merasa digurui.

Dalam metode ini tidak diperlukan penganalisaan lebih dalam terhadap semua pengalaman yang telah dilalui oleh penderita. Ahli jiwa menerima penderita sebagaimana adanya dan mulai perawatan langsung, atau dapat dikatakan bahwa diagnosa merupakan bagian dari paerwatan. Teori mengakui bahwa tiap-tiap individu mampu menolong dirinya apabila ia mendapatkesempatan untuk itu. Maka perawatan jiwa merupakan pemberiankesempatan bagi penderita untuk mengnal dirinya dan problema-problema yang dideritanya serta kemudian mencari jalan untukmengatasinya.

Zakiah Daradjat juga menggunakan metode *cliencentered therapy* dari Carls Rogers yang memberikan kesempatan sepenuhnya kepada psien

untuk mengungkapkan penderitaan yang dialaminya. Pasien menjadi *center* dari perawatan, sedang beliau aktif mendengarkan semua ungkapan pasien itu kemudian memantulkan atau merelaksasikan perasaan yang terkandung dalam ungkapan si pasien. Dengan demikian terjadi proses pencerahan pada diri pasien yang membawanya kepada kesadaran terhadap masalah yang dihadapi dan mampu mengatasinya.

Di sinilah pentingnya peran pribadi Dr.Zakiah Daradjat sebagai pribadi yang ramah, lemah lembut, mau mendengarkan orang lain, tidak sombong atau angkuh, gemar menolong orang lain penyayang, mempunyai kepribadian menarik ditambah keahlian psikologi dan ilmu agama yang dimilikinya.⁴

Zakiah Daradjat meninggal di jakarta dalam usia 83 tahun pada 15 januari 2013 sekitar pukul 09.00 wib. Setelah disalatkan, jenazahnya dimakamkan di kompleks UIN ciputat pada hari yang sama. Menjelang akhir hayatnya, ia masih aktif mengajar, memberikan ceramah, dan membuka konsultasi psikologi. Sebelum meninggal, ia sempat menjalani perawatan di rumah sakit hermina, jakarta selatan pada pertengahan desember 2012.⁵

⁴ <http://eprints.walisongo.ac>.

⁵ https://id.wikipedia.org/wiki/Zakiah_Daradjat tanggal 17 november 2018, waktu 17.5 wib

6. Seting Sosial Yang Mempengaruhi Pemikiran Zakiah Daradjat Tentang Fungsi Agama Terhadap Kesehatan Mental

Semasa hidup, Zakiah Daradjat dikenal sebagai psikolog dan dosen, muballig dan tokoh masyarakat. Rektor UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Komaruddin Hidayat menyebut Zakiah sebagai pelopor psikologi Islam di Indonesia. Sementara itu, wakil menteri agama Nasaruddin Umar mencatat, Zakiah Daradjat adalah sosok yang bisa diterima dengan baik oleh semua kalangan. Umar menambahkan, sosok Zakiah Daradjat seperti sosok Hamka dalam Versi muslimah.⁶

Pemikiran Zakiah Daradjat di bidang pendidikan agama yang berkembang banyak mempengaruhi wajah sistem pendidikan di Indonesia. Dan bukan di bidang pendidikan agama saja yang berkembang Zakiah Daradjat merupakan tokoh awal yang membawa dan mengembangkan psikologi di Indonesia. Dalam pemikiran Zakiah Daradjat tentang fungsi agama dalam buku peranan agama terhadap kesehatan mental tujuan Zakiah Daradjat memberikan sumbangan pikiran pengalaman yang diharapkan akan menolong meringankan penderitaan setiap orang yang merasa kehilangan pegangan dalam hidupnya. Orang yang hidupnya jauh dari agama. Zakiah Daradjat mengemukakan bahwa betapa jauh pengaruh

⁶ https://id.wikipedia.org/wiki/Zakiah_Daradjat tanggal 17 november 2018, waktu 17.5 wib

keyakinan kepada tuhan dan kehidupan beragama terhadap kesehatan mental.

Zakiah dardjat mengungkapkan dari Kemajuan dan semakin canggihnya teknologi seharusnya memberikan kebahagiaan yang lebih banyak kepada Manusia dalam kehidupannya namun kemajuan tersebut tidak dapat membawa kebahagiaan. Halnya dengan jiwa Manusia yang membawa beban yang semakin berat sehingga menimbulkan kegelisahan, ketegangan dan kegelisahan bahkan tekanan perasaan yang mengurangi kebahagiaan dalam hidupnya.

Menurut Zakiah Daradjat penyebab dari tragedi Manusia moderen diakibatkan oleh perkembangan ilmu pengetahuan yang berkembang sangat cepat akan tetapi tidak diikuti oleh agama. Perkembangan eksakta telah membawa kemajuan dalam bidang teknologi dan perindustrian, tetapi menimbulkan kelengahan dibidang kepercayaan agama, yang dulu diyakini dan dijadikan sebagai pengendali tingkah laku dan sikap dalam hidup.

Zakiah Darajat melihat persoalan-persoalan yang dihadapi Manusia moderen kebutuhan Manusia terhadap agama semakin tinggi karna kergersaangan rohani akan menyebabkan jiwa Manusia tidak akan tenang, kemajuan teknologi harus diimbangi dengan kematangan spiritual.

Tanpa agama menurut Zakiah Dardjat, jiwa Manusia tidak bisa merasakan ketenangan dan kebahagiaan dalam hidup. Maka agama dan kepercayaan kepada Tuhan adalah pokok Manusia yang menolong orang dalam memenuhi kekosongan jiwanya.

Disinilah letak pentingnya agama, karna ia mengandung ajaran dan cara yang ditentukan oleh Tuhan untuk kita lakukan dan dipatuhi dalam hidup baik dalam berhubungan dengan tuhan, maupun dengan diri sendiri dan orang lain ⁷

B. Pemikiran Zakiah Daradjat Tentang Fungsi Agama Terhadap Kesehatan Mental

Agama merupakan unsur yang terpenting dalam kehidupan dan agama sangat menentukan dalam pembangunan mental, karena agama memberikan pedoman-pedoman dan petunjuk yang dibutuhkan oleh Manusia sebagai syarat-syarat yang harus dipenuhi dalam menciptakan mental yang sehat.⁸ kesehatan mental sendiri pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan

⁷ Zakiah Darajat *Peran Agama Dalam Kesehatan Mental* (jakarta haji masagung, 1990) h.52

⁸ Zakiah darajat, *pendidikan agama dalam membina mental*,(jakarta N.V. Bulan bintang 1982),

yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa.⁹

1. Fungsi Agama Dalam Kehidupan

dapat disaksikan betapa besar perbedaan antara orang beragama beriman yang hidup menjalankan agamanya, pada wajah orang yang hidup beragama atau acuh tak acuh kepada agamanya, pada wajah orang-orang yang hidup beragama terlihat ketentraman batin, sikapnya selalu tenang. Mereka tidak merasa gelisah atau cemas kelakuan dan perbuatannya tidak ada yang akan menyengsarakan atau menyusahkan orang lain. Lain halnya dengan orang yang hidupnya terlepas dari ikatan agama. Mereka mudah terganggu oleh keguncangan suasana. Perhatiannya tertuju kepada diri dan golongannya; tingkah laku dan sopan santun dalam hidup biasanya diukur dan dikendalikan oleh kesenangan kesenangan lahiriyah. Dalam keadaan senang, dimana segala sesuatu berjalan lancar dan menguntungkan, seorang yang tidak beragama akan terlihat gembira, senang dan bahkan mungkin lupa daratan tetapi apabila ada yang harus dihadapinya, maka kepanikan dan kebingungan akan menguasai jiwanya, bahkan akan memuncak sampai kepada terganggu kesehatan jiwanya, bahkan lebih jauh mungkin ia akan bunuh diri atau membunuh orang lain.¹⁰

⁹ Zakiah Darajat, kesehatan mental, (jakarta: Gunung Agung, 1995), h. 12.

¹⁰ Zakiah Darajat *Peran Agama Dalam Kesehatan Mental* (jakarta haji masagung, 1990) h. 56

a. Agama memberikan bimbingan hidup

Pengendali utama kehidupan manusia adalah kepribadian yang mencakup segala unsur-unsur pengalaman, pendidikan dan keyakinan yang didapatnya sejak kecil. Apabila dalam pertumbuhan seseorang terbentuk suatu kepribadian yang harmonis dimana didalam unsur unsur pokoknya terdiri dari pengalaman yang mentetramkan batin, maka dalam menghadapi dorongan dorongan, baik yang bersifat fisik (biologis) maupun yang bersifat rohani dan sosial, ia akan selalu bersifat wajar, tenang dan tidak menyusahkan atau melanggar hukum dan peraturan masyarakat dimana ia hidup. Akan tetapi orang yang dalam pertumbuhannya dulu mengalami banyak kekurangan dan ketegangan batin, maka kepribadiannya akan mengalami kegoncangan. Dalam menghadapi kebutuhannya, baik yang bersifat jasmani, maupun rohani, ia akan dikendalikan oleh kepribadian yang kurang baik itu, dan banyak diantara sikap dan tingkah lakunya akan merusak akan mengganggu orang lain.

Agama yang ditanamkan sejak kecil kepada anak-anak sehingga merupakan bagian dari unsur unsur kepribadiannya, akan cepat bertindak menjadi pengendali dalam menghadapi segala keinginan keinginan dan dorongan-dorongan yang timbul. Karena keyakinan terhadap agama yang menjadi bagian dari kepribadian itu, akan mengatur sikap tingkah laku seseorang secara otomatis dari dalam. Akan tetapi ia akan takut kemarahan dan kehilangan ridho Allah yang di percayainya.

dalam menghadapi dorongan-dorongan biologis, yang mulai timbul setelah pertumbuhan jasmania atau setelah masa puber dilewati, bagi orang yang tidak beragama, maka pengendali satu satunya adalah masyarakat. Jika masyarakat dimana ia hidup membenarkan dipenuhinya kebutuhan biologis itu diluar perkawinan maka akan mudah orang melakukan permainan itu tanpa merasa salah.¹¹

Bagi orang yang beragama ia hidup dalam masyarakat yang serba moderen itu, akan tetap berusaha mengendalikan dirinya keika terasa dorongan dorongan seksual itu. Ia akan mengekang sendiri.

Betapa pentingnya fungsi agama itu memberikan bimbingan dalam hidup manusia. Agama mengakui adanya dorongan-dorongan dan keinginan yang dipenuhi oleh setiap individu. Kebutuhan agamalah yang akan memelihara orang agar jangan sampai jatuh kepada kesusahan dan kegelisahan yang mengganggu ketentraman batin. Orang yang tidak beragama atau tidak mematuhi aturan-aturan agama, dalam mencari kebahagiaan akan mudah diseret kepada praktek-praktek yang merugikan orang lain. Bahkan merugikan negara.

agama memberikan bimbingan hidup dari yang sekecil sampai kepada yang sebesar besarnya; mulai dari hidup pribadi, kluarga, masyarakat dan hubungan dengan Allah, bahkan dengan alam semesta dan mahluk hidup yang lainnya. Jika bimbingan-bimbingan tersebut dijalankan akan terjamin

¹¹ ibid h. 57

kebahagian dan kentetraman batin dalam hidup ini tidak silang-sangketa tiada adu domba, tidak ada kecurigaan dan kebencian dalam pergaulan, hidup aman, damai dan sayang menyayangi antara satu sama lain.¹²

b. Agama adalah penolong dalam kesukaran

kesukaran yang paling sering dihadapi orang adalah kekecewaan. Apabila kekecewaan terlalu sering dihadapi dalam hidup ini. Akan membawa orang kepada perasaan rendah diri, pesimis dan apatis dalam hidupnya; kekecewaan-kecewaan yang dialaminya itu akan sangat menggelisahkan batinnya. Kemungkinan ia akan melimpahkan melimpahan kesalahannya kepada orang lain, tidak mau bertanggung jawab atas kesalahan yang di perbuat. Kemungkinan pula akan menimbulkan perbuatan-perbuatan yang merugikan orang lain.

Orang yang benar benar menjalankan agamanya. Setiap kekecewaan yang menimpahnya tidak akan memukul jiwanya. Ia tidak akan putus asa tetapi ia akan menghadapinya dengan tenang, dengan cepat ia akan kepada Allah, dan menerima kekecewaan itu dengan sabar dan tenang. Dengan ketenangan batin itu akan dapat menganalisa sebab dari keyakinannya, dan menemukan faktor-faktor pendorong atau penyebab kekecewaan, sehingga dapat menghindari gangguan perasaan atau gangguan jiwa akibat kekecewaan itu. Ia tidak akan menjadi putus asa pesimis dalam hidupnya.

¹² *Ibid*, h.59

Menurut para ahli ilmu jiwa, sikap dan cara orang menanggapi kesukaran itu berbeda-beda antara satu dan lainnya sesuai dengan kepribadiannya dan kepercayaannya terhadap lingkungannya. Bila kepribadian cukup sehat dan lingkungan tepat hidupnya menyokong dan memberikan rasa aman, maka kesukaran itu akan kurang terasa olehnya, sehingga tidak panik menghadapinya. Apabila kepribadian yang kurang sehat dan suasana lingkungan sering pula mengancam, ia akan merasakan sekali kerusakan tersebut, bahkan akan menyebabkan ia menjadi bingung dan kehilangan akal dalam menghadapi kesukaran tersebut, yang mungkin ia rasakan sangat berat baginya.

Masalah yang ditinjau dari segi agama, maka akan ada perbedaan antara orang yang beragama dan orang tidak bergama. Bagi orang yang beragama, kesukaran atau bahaya besar apapun harus dihadapinya, namun ia akan waras dan sabar, karena dia merasa kesukaran dalam hidupnya itu merupakan bahgia dari percobaan Allah kepada hambanya yang beriman.¹³

c. Agama mententramkan batin

Bagi jiwa yang sedang gelisah, agama akan memberikan jalan dan siraman dan penenang hati. Tidak sedikit kita mendengar orang yang kebingungan dalam hidupnya selama belum beragama, akan tetapi setelah mulai mengenal dan menjalankan agama, ketenangan jiwa akan datang.

¹³ *Ibid h, 60*

dapat dikatakan bahwa agama sangat perlu dalam kehidupan manusia, baik bagi orang tua, maupun bagi anak-anak. Khusus bagi anak-anak, agama merupakan bibit terbaik yang diperlukan dalam pembinaan kepribadiannya. Anak yang tidak pernah mendapat didikan agama diwaktu kecilnya. Tidak akan merasakan kebutuhan terhadap agama dikala dewasa nanti. Kegelisahan-kegelisahan batin yang dideritanya akan diatasinya dengan cara-cara dan praktek-praktek yang diajarkan orang yang tidak dihubungkan kepada agama. Disinilah timbulnya kecenderungan kepada mencari ahli-ahli kebatinan yang pandai memberi sugesti.¹⁴

2. Jiwa Manusia Membutuhkan Agama

Dari pengalam para ahli ilmu jiwa dengan pasien-pasiennya yang menderita kesukaran-kesukaran emosi dan gangguan jiwa, serta hasil hasil penyidikan ilmiah yang dilakukan terhadap tingkah laku dan sikap seseorang, terbukti bahwa gangguan jiwa terjadi antara lain akibat dorongan untuk memenuhi keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhan yang dirasakannya. Bila kebutuhan-kebutuhan itu tidak terpenuhi orang akan merasakan tidak enak, gelisah dan kecewa. Untuk menghilangkan rasa yang tidak enak itulah kebutuhan-kebutuhan itu harus di penuhi, sebab terasa . Kebutuhan aharus di penuhi, kegelisahan itu akan akan tetap terasa, kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat dibagi atas dua golongan besar, yaitu:

¹⁴ Ibid h 62

- a. Kebutuhan primer, yaitu kebutuhan jasmaniah (fisik).
- b. Kebutuhan rohaniah (psychis dan sosial).

pertama kebutuhan primer tidak di pelajari oleh manusia, sudah fitrahnya sejak lahir. Jika kebutuhan-kebutuhan itu tidak terpenuhi akan hilang keseimbangan badan. Dalam kebutuhan jasmaniah manusia tidak banyak berbeda dari makhluk hidup lainnya. Perbedaannya hanya terletak pada cara memenuhi kebutuhan hidup. Manusia melakukan dengan jalan rasa sayang, rasa aman, harga diri sebagainya. Kalau manusia akan lapar ia akan berusaha mencari makanan yang halal. Yaitu tidak mengganggu atau melanggar hak orang lain. Tetapi halnya dengan makhluk hidup, yang tidak membedakan apakah makanan itu halal atau haramnya.

Kebutuhan biologis seperti dorongan seksuil, juga tidak di pelajari, dorongan itu dapat di kendalikan oleh manusia yang sehat, dapat di pemuaskan pemuasannya.

Dalam pandangan agama, kebutuhan-kebutuhan primair diakui adanya bahwa makhluk hidup akan berusaha sekuat tenaga untuk memenya, karna merasa cemas dan gelisah apabila tidak dipenuhi. Untuk menghilangkan rasa cemas manusia itu, Tuhan menjamin bahwa tidak ada satu makhluk yang tidak ada rezekinya.

kedua kebutuhan Manusia yaitu kebutuhan jiwa sosial yang tidak dirasakan oleh makhluk hidup lainnya. Inilah yang membedakan, Manusia

dari binatang. Kebutuhan kebutuhan jiwa banyak sekali di pengaruhi oleh pendidikan, pengalaman dan suasana yang melingkungi.

Freud menamkan kebutuhan-kebutuhan tersebut keinginan-keinginan di bawah sadar, yang semuanya minta di penuhi. Kalau tidak di penuhi, orang akan merasa gelisah atau tidak enak perasaan yang tidak enak itu pula yang mendorong orang bertindak dan mencari akal untuk memenuhinya.

Keinginan-keinginan bawah sadar atau kebutuhan-kebutuhan yang bermacam-macam itu tidak mengenl batas tidak mengenal hukum, peraturan atau kaidah-kaidah sosial. Yang dikenal hanya satu yaitu: ia ingin di penuhi keingin keinginannya inilah yang dalam ajaran agama dinamakan hawa nafsu, maka untuk mengendalikan keinginan-keinginan bahwa sadar (hawa nafsu) tersebut, agama menentukan batas-batas dan hukum yang tidak boleh dilanggar.

Keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhan jiwa yang terasa oleh setiap orang, baik anak kecil, orang dewasa, maupun orang tua. Kebutuhan kebutuhan pokok ini harus di penuhi. Apabila tidak di penuhi orang akan merasa gelisah, cemas dan tidak enak. Untuk menghindari rasa yang tidak menyenangkan itu orang akan berusaha mencari jalan supaya terpenuhi.

Kebutuhan-kebutuhan tersebut, ialah:

1. Kebutuhan akan rasa kasih sayang
2. Kebutuhan akan rasa aman
3. Kebutuhan akan rasa harga diri,

4. Kebutuhan akan rasa bebas
5. Kebutuhan akan rasa sukses
6. Kebutuhan akan rasa tahu (mengetahui).

Keenam kebutuhan jiwa yang pokok diatas ini tidak selamanya akan dapat terpenuhi, karena bermacam macam suasananya yang mempengaruhi dan harus dihadapinya. Jika tidak terpenuhi maka orang akan gelisah dan mencari jalan untuk mengatasiny, baik dengan cara yang wajar maupun yang tidak wajar atau kurang sehat.

Sebagaiman yang dikutip oleh Zakiah Daradjat untuk menutupi atau mengimbangi kekurangan-kekurangan yang dirasakan dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut, perlu adanya kepercayaan kepada Tuhan.

a. Kebutuhan akan rasa kasih sayang

Kebutuhan rasa kasih sayang sendiri adalah kebutuhan jiwa yang paling pokok dalam manusia, seperti anak kecil yang merasa kurang disayanginya oleh ibu bapaknya akan menderita batinya: kesehatan badannya mungkin terganggu, kecerdasannya mungkin akan berkurang, kelakuannya mungkin akan berkurang, kelakuannya mungkin akan menjadi nakal, kers kepala dan sebagainya orang dewasa pun juga demikian dan apabila orang merasa tidak disenangai oleh masyarakat dimana ia hidup, ia akan merasa sedih dan gelisah.

Ia akan mencari kesangan orang dengan bermacam-macam yang mungkin, sesuai dengan kepribadiannya sendiri

Bagi orang yang tidak percaya kepada Tuhan atau tidak mampu memanfaatkan kepercayaannya itu untuk menenangkan jiwanya, maka kehilangan rasa kasih sayang atau kehilangan orang yang disayanginya. Kehilangan kasih sayang itu akan mengganggu dan menggoncangkan jiwanya. Jiwa akan terasa kosong dan hampa.

Akan tetapi, jika yang kehilangan rasa kasih sayang itu orang yang percaya kepada Tuhan yang maha pengasih dan penyayang, ia takan merasa kesepian. Tidak akan gelap dunia ini matanya, karna masih ada sumber kasih sayang yang tidak pernah hilang atau menjauhi orang. Ia takkan kehilangannya pegangan, karna ia mempunyai pegangan lain, yaitu pegangan abadi, Tuhan Yang Maha Esa.

Karena itu ia takkan sampai bunuh diri, atau bunuh diri atau menderita sakit jiwa. Biasanya orang akan menderita penyakit jiwa, bila ia telah putus asa dan tidak mampu lagi menghadapi hidup yang nyata. Setiap problem atau kesukaran dalam hidup dianggapnya sebagai ancaman baginya.

Orang yang beragama islam selalu dianjurkan mengucapkan Bismillahirrohmanirrohim (=dengan nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang) setiap kali memulai sesuatu pekerjaan atau perbuatan. Ucapan tersebut akan memberikan sugesti kepada jiwa sendiri, bahwa Tuhan akan melimpahkan kasih sayang, dalam melkukan pekerjaan itu. Perasaan seperti ini akan menenangkan hati akan selalu terasa. Maka dengan sendirinya

tindakannya akan tetap menunjukkan bahwa ada rasa kasih sayang yang tersimpan di belakangnya.

Kebutuhan jiwa yang pertama yaitu kasih sayang akan terpenuhi jika orang percaya kepada Tuhan dan dapat betul-betul meyakini bahwa Tuhan itu maha pengasih dan penyayang kepada umatnya. Karna orang yang sungguh-sungguh percaya kepada Tuhan tak akan pernah menjadi terganggu atau sakit jiwa, andai kata tidak mendapatkan kasih sayang dari orang atau masyarakat dimana ia hidup.

b. Kebutuhan akan rasa aman

Kebutuhan jiwa yang kedua dan penting pula dalam hidup adalah rasa aman. Kebutuhan inia akan mendorong orang untuk selalu berusaha mencari rezeki dan perlindungan. Itu pula yang menyebabkan orang bertindak keras dan kejam kepada orang yang disangkanya akan membahayakan dirinya atau akan merusak mata peniannya ataupun kedudukanya.

Orang akan berusaha menghindari segala kemungkinan yang akan membawa kepada kesusahan atau kehilngan rasa aman. Orang yang tidak bertuhan atau yang kurang dapat memanfaatkan kepercayaan kepada Tuhan, jika di timpah oleh bahaya atau bencana yang besar, maka ia akan kehilangan akal.

Pada umumnya orang yang merasakan kehilangan rasa aman, akan mencurigai setiap orang. Tidak saja perbuatan yang kelihatannya menyerang, mengritik dan menegur, yang dipandannya sebagai ancaman,

bahkan kadang-kadang perbuatan baik pun di pandangnya sebagai ancaman terhadap dirinya. Maka orang yang kehilangan rasa aman itu akan menyingkirkan setiap orang yang dicurigainya bahkan mungkin pula membunuhnya, hidupnya tidak akan pernah tentram, selalu di penuhi oleh ketakutan dan kecurigaan.

Tetapi halnya dengan orang yang percaya kepada Tuhan Yang Maha Esa. Mereka selalu merasa selalu dilindungi oleh Tuhan dan dalam suasana dan keadaan bagai manapun, mereka tidak merasa takut. Mereka merasa dilindungi oleh Tuhan dan dalam suasan dan keadaan bagaimanapun, mereka tidak merasa takut. Mereka yakin, bahwa tidak ada satu daya dan upaya dan tidak satu kekuatanpun yang akan mempengaruhi atau membinasakan, kalau tuhan tidak mengizinkan. Jika harga kebutuhan sehari-hari membumbung naik, ia tidak akan panik, tetapi akan tetap tenang dan mencari rezeki yang halal. Kare dia percaya bahwa tuhan akan memberikan rezeki kepada setiap mahluk yang dijadikannya. Apabila pangkat, kedudukan dirinya terancam, dia tidak akan kehilangan akal; akan dihadapinya dengan bijak sana dan tenang.

Mengingat kebutuhan rasa aman itu perlu adanya kepercayaan kepada Tuhan, yang akan memberikan ketenangan jiwa. Kepercayaan tersebut akan menghindarkan orang dari perbutan-perbuatan kejam, keji dan penyelewengan, sehingga dia akan terhidar dari gangguan jiwa.

c. Kebutuhan akan rasa harga diri

Setiap orang baik anak kecil, orang dewasa mapun orang tua membutuhkan rasa harga diri. Ingin dihargai dan di perhatikan. Rasa kurang mendapat itu adalah sangat sakit. Maka orang yang kurang dihargai, dihina atau dipandang rendah orang lain, akan berusaha mencari jalan untuk mempertahankan harga dirinya.

Dalam masyarakat ramai sudah menjadi kebiasaan orang pada umumnya menghargai dan menghormati orang-orang yang pangkatnya tinggi, kekayaan, keturunannya bangsawan dan sebagainya, karena itu akan banyaklah orang yang merasa kurang dihargai oleh masyarakat, yaitu orang-orang miskin dan tidak berpangkat.

Apabila orang kurang merasa mendapat penghargaan itu tidak percaya kepada Tuhan, maka akan dicarinyalah penghargaan itu dengan caranya sendiri. Orang yang tidak percaya kepada Tuhan itu tidak dapat merasakan bahwa ia masih dihargai oleh sesuatu yang maha mulia dan maha kuasa. Yang dapat mereka rasakan hanyalah yang terlihat dan terasa dalam kehidupan sehari-hari. Lain dari hal yang nyata itu, tidak ada sama sekali yang memberi isi kepada jiwannya.

Bagi orang yang percaya kepada Tuhan. Ia tidak akan sampai kehilangan diri sama sekali, karna masih ada Tuhan yang memberikan imbalan atau kompensasi dari perasaan berharga itu. Ia tahu dan meyakini bahwa Tuhan tidak melihat rupa, tidak memandang pangkat, tidak memandang harta, akan tetapi Tuhan memandang hati dan perbuatan. Kalau

hatinya Taqwa kepada Tuhan, bersih dan suci dari segala niat dan i'tikad yang tidak baik, perbuatan dan kelakuan yang baik, maka orang itulah yang dipandang berhaga terhormat oleh tuhan.

Karna itu orang yang beriman kepada Tuhan tidak mungkin kejam dan sejahat orang yang tidak bertuhan. Karna penghargaan yang dibutuhkan tidak hilang sama sekali. Disamping dapat penghargaan dari manusia, juga ada penghargaan dari yang maha mulia.karena orang yang sungguh-sungguh Taqwa dan percaya kepada Tuhan, tidak akan terlalu besar ambisinya, serta ia takan jatuh kedalam pertentangan batin yang makin membawa akibat yang baik bagi kesehatan jiwanya.

Sesungguhnya orang yang sakit jiwanya akan dapat sembuh kembali. Akan tetapi karena pada umumnya masyarakat tidak bisa memberikan penghargaan kepadanya seperti waktu ia belum masuk rumah sakit, tidak tercapainya kembali harga dirinya yang hilang. Hal tersebut terpaksa berjuang kembali untuk menyesuaikan diri dan menerima perlakuan orang banyak.

Dari kebutuhan jiwa inipun terasa seali betapa pentingnya kepercayaan kepada tuhan. Tanpa kepercayaan kepda tuhan, orang yang merasa kurang mendapat penghargaan mungkin jatuh kepada gangguan/sakit jiwa.

d. Kebutuhan akan rasa bebas

Tidak terikat atau terhalang oleh kungkunga-kungkunan dan ikatan-ikatan tertentu, juga salah satu kebutuhan jiwa yang terpokok dalam kehidupan manusia. Orang yang tidak bebas mengeluarkan apa yang terasah hatinya atau tidak dapat melakukan sesuatu yang diinkannya, mencarui jalan agar ia dapat melakukan suatu yang diinkannya.

Pokok dasar-dasaar kesehatan mental menuntut agar tiap orang dapat merasa bebas mengungkapkan apa yang terasa dan bebas berusaha mencapai apa yang diinkannya. Kalau dikatakan bahwa orang yang dapat merasa bebas/merdeka berpendapat, mengeluarkan rasa hati dengan perkataan atau tindakan, tidaklah bahwa tiap orang bebas berbuat dan memperlakukan orang lain semuanya, akan tetapi bebas dalam batas-batas yang tidak mengganggu hak dan kepentingan orang lain.

Dan yang menderita penyakit tekanan darah tinggi, sakit hati jantung paru-paru, rematik, lidah jadi kaku hilang ingatan dan sebagainya. Hal- hal ini biasanya terjadi atas orang yang kurang dapat memanfaatkan kepercayaan kepada tuhan. Bagi orang yang percaya kepada tuhan dan menjadikan tuhan tempat ia mengungkapkan apa yang terasa meminta apa sukar dicapai, berdoa dan memohon kepada Tuhan yang selalu akan mempertahankan apa yang diinkannya, kalau ia betul-betul dapat merasakan bahwa Tuhan itu dekat dan akan memperkenankan apa yang diinginkanya, selama ia meminta kepada Tuhan.

Orang yang percaya kepada Tuhan tidak akan merasa hilang kebebasannya sama sekali jadi kebutuhan jiwa akan rasa bebas pun akan terpenuhi jika orang percaya kepada Tuhan, sukar dapat dipenuhi kebutuhan tersebut.

e. Kebutuhan akan rasa sukses.

Seseorang percaya kepada Tuhan dan meyakini bahwa Tuhan mempunyai takdir yang harus dipercayai oleh manusia, kegagalan tidak akan membawa akan rasa putus asa, pesimis, panik atau bingung, karena ia tahu Tuhan melarangnya berputus asa. Rahmat Tuhan akan dilimpahkannya. Mungkin ia sekarang gagal, tetapi akan ada hikmnya, dimana kegagalan akan membawa nikmat baginya kelak.

Dengan demikian kegagalan dapat menjadikan pelajaran, bukan pukulan terhadap dirinya. Hanya yang percaya kepada tuhanlah yang dapat menerima kegagalan dengan tenang dan tidak menyebabkan sakit ataupun terganggu jiwanya

Orang yang percaya kepada Tuhan, juga percaya kepada takdir dan meyakini bahwa setiap ada peristiwa atau kejadian ada hikmannya oleh Tuhan. Mungkin sekarang karena ia sedang terpengaruh oleh emosinya ia tidak mengertit tetapi ia kemudian akan memahaminya dan juga tidak percaya bahwa Tuhan selalu menakdirkan yang baik bagi manusia, hanya kadang-kadang manusia tidak sanggup memahaminya.

Dapat dikatakan bahwa kepercayaan kepada Tuhan dapat mengurangi kekecewaan dan rasa gagal yang kadang-kadang membawa kepanikan, sakit atau terganggu jiwanya.

f. Kebutuhan akan rasa tahu

Kebutuhan manusia akan mengenal inilah yang banyak mendorong orang untuk mengadakan penelitian dari riset ilmiah, yang menyebabkan orang-orang berusaha payah, mengorbankan waktu dan tenaganya menenupuh jalan yang mengerikan dan berbahaya, kebutuhan inilah yang memungkinkan berkembangnya ilmu pengetahuan dan kebutuhan.

Tidak semua yang diketahui oleh manusia dapat dicapinya melalui ilmu pengetahuan, masih banyak hal-hal yang menjadi rahasia alam. Seperti halnya orang yang kurang percaya kepada Tuhan, ketidak-pengertiannya tentang segala persoalan tentang kematiannya itu akan menyebabkan kegoncangan jiwa dan penderitaan, yang barangkali dapat menyebabkan penderita seumur hidup.

3. Agama Sebagai Terapi Terhadap Gangguan Kejiwaan

Zakiah Daradjat mengemukakan pengalaman-pengalamannya yang dilalui sendiri dalam menghadapi para penderita gangguan kejiwaan, yaitu sangat eratnya hubungan antara agama dan ketenangan jiwa dan betapa besar sumbangan agama dalam mempercepat penyembuhan. Ternyata agama mempunyai peranan yang sangat penting dalam perawatan jiwa. Karena

masyarakat barat telah meninggalkan hidup beragama, atau sekurang-sekurangnya tampak acuh tak acuh terhadap agamanya. Maka kesukaran kesukaran batin atau kompleks jiwa yang diderita itu memerlukan perawatan yang langsung diberikan oleh para ahli jiwa. Mereka secara individu tidak mampu menolong menentramkan batinnya, sedangkan kebutuhan hidup, kondisi masyarakat dan suasana lingkungan pada umumnya lebih mendorong kepada kegelisahan dan rasa tidak puas.

Untuk menghadapi jumlah yang begitu besar dari para penderita, baik yang sadar ataupun tidak sadar bahwa mereka mempunyai problem jiwa, di perlukan ahli-ahli yang cukup banyak pula. Tentunya jumlah ahli-ahli itu masih jauh dari mencukupinya. Sebaliknya kita mendengar betapa cepat menjalar dan berkembangnya model-model kelakuan dan sikap hidup yang merupakan pemantulan dari ketidak tentraman jiwa.

Pemuda-pemudi *hippies* yang meminta agar ada kebebasan bagi mereka yang meminta agar kebebasan bagi mereka untuk berhubungan seksuil semaumanya, atau orang-orang yang mempunyai kecenderungan homo-seks, disamping tidak merasakan kebahagiaan pada tiap-tiap individu. Jadi masalahnya bukan kemampuan ahli jiwa, akan tetapi masalah kebutuhan yang sangat meningkat.

berdasarkan pengalaman-pengalaman dalam menghadapi para penderita gangguan jiwa tersebut, ditemui bahwa disamping merawat mereka secara teknis ilmiah, perlu pula mereka didorong untuk berusaha

menolong dirinya sendiri, terutama dalam melegakan perasaan hatinya, ternyata agama mempunyai kekuatan yang besar dalam mempercepat kesembuhan penderita gangguan jiwa tersebut, disamping itu terbukti pula bahwa seseorang yang kurang teguh pegangannya terhadap agama sering kali membawa kepada gangguan jiwa.

Pelaksanaan agama dalam kehidupan sehari-hari dapat membentengi orang dari kejatuhan kepada gangguan jiwa dan dapat pula mengembalikan kesehatan jiwa bagi orang yang gelisah. Karena kegelisahan kegelisahan dan kecemasan-kecemasan yang tidak berujung berpangkal itu, umumnya datang dari ketidakpuasan atau kekecewaan-kekecewaan, sedangkan agama dapat menolong orang untuk menerima kekecewaan sementara dengan jalan memohon ridho Allah dan terbayangkanlah kebahagiaan yang akan dirasakannya di kemudian hari.

Sembahyang, doa-doa dan permohonan ampun kepada Allah, semuanya merupakan cara-cara pelegaan batin yang akan mengembalikan ketenangan dan ketentraman jiwa kepada orang-orang yang melakukannya.

Semakin dekat seseorang dengan tuhan, dan semakin banyak ibadaahnya, maka akan semakin tentramlah jiwanya serta semakin mampu ia menghadapi kekecewaan dan kesukaran-kesukaran dalam hidup. Dan

demikian pula sebaliknya, semakin jauh orang itu dari agama akan semakin susahlah baginya untuk mencari ketentraman batin.¹⁵



¹⁵ Ibid, h. 74-79

BAB IV

ANALISIS PEMIKIRAN ZAKIAH DARADJAT TENTANG FUNGSI AGAMA TERHADAP KESEHATAN MENTAL

Dalam bab sebelumnya penulis telah menguraikan dan membahas beberapa pemikiran Zakiah Darajat tentang mengenai konsep fungsi keagamaan terhadap kesehatan mental, selanjutnya dalam bab ini penulis akan menjelaskan bagaimana pemikiran Zakiah Daradjat mengenai fungsi agama terhadap kesehatan mental.

Menurut Zakiah Daradjat berpendapat bahwa terdapat kebutuhan pokok, beliau mengemukakan bahwa selain dari kebutuhan jasmani dan kebutuhan rohani manusia pun mempunyai suatu kebutuhan akan keseimbangann dalam kehidupan jiwanya tidak mengalami tekanan seperti kebutuhan rasa kasih sayang, rasa aman, hargadiri, rasa bebas rasa sukses rasa ingin tahu dari keenam tersebut menyebabkan orang memerlukan agama. Melalui agama kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat disalurkan dengan melaksanakan ajaran agama secara baik.¹

Adapun menurut Jalaludin menggunakan pendekatan psikologi agama, agama dapat memberi dampak yang cukup berarti dalam kehidupan Manusia termasuk terhadap kesehatan mental. Dan agama tidak bisa dipisahkan dari kehidupan manusia dikarenakan faktor-faktor kepribadian, lingkungan dan manusia memiliki unsur batin.²

¹ Jalaludin Ramayulis , *pengantar ilmu jiwa agama*, (jakarta, Pt, Radar Jaya, 1989), h. 27-29.

² Jalaludin, *Pesikologi Agama* (Jakarta, Pt, Raja Grafindo Persada, 2016), h. 143

Penulis berpendapat dengan pemikiran Zakiah Daradjat dan Jalaludin yang membahas tentang pengertian agama dan kesehatan mental sangat berkaitan dengan lingkungan sosial yang berada disekitar. Bahwa fungsi agama dan kesehatan mental sangat berkaitan, mental tanpa agama belum tentu akan dapat mencapai integritas yang baik, karena kurangnya ketenangan dan ketentraman jiwa.

Agama merupakan unsur yang terpenting dalam kehidupan dan agama sangat menentukan dalam pembangunan mental, karena agama memberikan pedoman-pedoman dan petunjuk yang dibutuhkan oleh manusia sebagai syarat-syarat yang harus dipenuhi dalam menciptakan mental yang sehat.

Secara garis besar yang dibahas oleh Zakiah Daradjat tentang fungsi agama terhadap kesehatan mental yaitu: Fungsi Agama Dalam Kehidupan Manusia, Jiwa Manusia Membutuhkan Agama, Agama Sebagai Terapi Terhadap Gangguan Kejiwaan penulis akan menganalisa tentang konsep fungsi agama terhadap kesehatan mental.

Pertama Fungsi agama dalam kehidupan menurut Zakiah Daradjat yaitu agama memberikan bimbingan dalam hidup, agama adalah penolong dalam kesukaran dan agama menentramkan batin. Bahwa agama sangat perlu dalam kehidupan manusia, orang yang beriman yang hidup menjalankan agamanya, sikapnya akan selalu tenang tidak merasa gelisah atau cemas.

Dengan demikian, penulis dapat menganalisa dari fungsi agama dalam kehidupan bahwa agama memberikan bimbingan dalam hidup kepada manusia baik anak kecil, dewasa maupun orang tua. Agama penolong dalam kesukaran jika

tertimpah masalah seperti kekecewaan yang sering dialami oleh manusia bagi orang yang beragama kesukaran atau bahaya sebesar apapun ia akan waras dan sabar dalam menghadapi masalah atau kekecewaan tersebut. Dan agama menentramkan batin orang yang beragama, orang akan merasakan ketentraman dalam batinnya jika dia mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Konsep kedua yaitu Jiwa Manusia membutuhkan agama. kebutuhan-kebutuhan jiwa manusia itu harus dipenuhi sebab selama kebutuhan-kebutuhan itu belum terpenuhi kegelisahan itu akan terasa. kebutuhan-kebutuhan tersebut dibagi dua yang pertama kebutuhan primair yaitu kebutuhan jasmaniah (fisik) yang kedua kebutuhan rohaniyah (*psychis* dan sosial). Dan diantara kebutuhan jiwa itu ada beberapa kebutuhan pokok seperti kebutuhan akan rasa kasih sayang, kebutuhan akan rasa aman akan rasa harga diri, rasa bebas, rasa sukses dan rasa ingin tahu.

Dapat dikatakan bahwa, apabila manusia ingin terhindar dari kegelisahan, kecemasan dan ketegangan jiwa serta ingin hidup tenang, tentram dan bahagia dan dapat membahagiakan orang lain Dari kebutuhan kenam tersebut menyebabkan orang memerlukan agama. Melalui agama kebutuhan kebutuhan tersebut, maka dapat disalurkan. Dengan melaksanakan ajaran agama secara baik. dapat disimpulkan cipta (*reason*) berperanan untuk menentukan benar atau tidaknya ajaran suatu agama berdasarkan pertimbangan intelek seseorang, rasa (*emotion*) menimbulkan sikap batin yang seimbang yang positif dalam menghayati kebenaran ajaran agama, karasa (*will*) menimbulkan amalan amalan atau doktrin keagamaan yang benar dan logis.

Konsep ketiga agama sebagai terapi kejiwaan adalah agama dapat membentengi orang dari kejatuhan kepada gangguan jiwa dan dapat pula mengembalikan kesehatan jiwa bagi orang yang gelisah. Karena kegelisahan-kegelisahan dan kecemasan yang tidak berujung berpangkal agama dapat menolong orang untuk menerima kekecewaan dengan jalan memohon ridho Allah.

Keberhasilan Zakiah Daradjat dalam menjelaskan fungsi agama terhadap kesehatan mental adalah kelebihan beliau dan beliau adalah salah satu wanita muslimah yang berkecimpung dibidang agama dalam psikoterapi dan selalu mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa. Dan inilah yang membedakan Zakiah Daradjat dengan tokoh lain.

Penulis setuju dengan dua tokoh diatas bahwa agama sangat penting dalam kehidupan manusia. Bahwa dalam jiwanya ada suatu perasaan adanya yang maha kuasa tempat mereka berlindung dan memohon pertolongan mereka akan merasakan ketenangan dan ketentraman dikala mereka mendekatkan diri dan mengabdikan kepada yang maha kuasa. Dan bahwa agama mempunyai hubungan yang erat dengan kesehatan mental.

Dengan demikian, dapat menganalisa bahwa agama dalam kehidupan sangatlah berfungsi penting dalam kehidupan manusia tanpa agama hidup seseorang akan terombang-ambing dan tidak memiliki ketentraman dalam menjalani hidup, karna pada dasarnya jiwa manusia membutuhkan agama.

Agama juga sebagai terapi terhadap gangguan mental menurut Zakiah eratny hubungan antara agama dan ketenangan jiwa dan besar sumbangan agama dalam

penyembuhan. agama sendiri mempunyai fungsi yang sangat penting dalam perawatan jiwa. Sembahyang doa-doa dan permohonan ampun kepada Allah semuanya merupakan cara pelega batin yang akan menembalikan ketenangan dan ketentraman jiwa kepada orang-orang yang melakukan.

Setelah menganalisa fungsi kesehatan mental menurut Zakiah dengan melihat materi dari faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, strategi mewujudkan kesehatan mental, hubungan agama dan kesehatan mental agama dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental.

Adapun yang membedakan konsep fungsi agama dalam kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat dan Jalaludin. konsep yang digunakan Zakiah Daradjat bahwa selain dari kebutuhan jasmani dan kebutuhan rohani manusia mempunyai satu kebutuhan akan adanya keseimbangan dalam jiwanya dari kebutuhan tersebut orang memerlukan agama. konsep yang dibahas Zakiah Daradjat yaitu fungsi agama dalam kehidupan, jiwa manusia membutuhkan agama, agama sebagai terapi kejiwaan,

Sedangkan konsep yang digunakan oleh Jalaludin yaitu agama dan kesehatan mental yaitu: agama dapat memberikan dampak yang cukup berarti dalam kehidupan serta kesehatan, dan Jalaludin lebih menggunakan pendekatan psikologi agama, adapun garis besar yang dibahas Jalaludin yaitu manusia dan agama, agama dan pengaruhnya dalam kesehatan mental, terapi keagamaan. bahkan dalam bukunya Jalaludin bahwa agama sebagai sistem nilai berpengaruh dalam kehidupan masyarakat.

Penulis setuju dengan pendapat kedua tokoh diatas bahawa manusia perlu adanya agama karna agama sangat di perlukan dalam kesehatan mental seseorang.

Dan menemukan persamaan konsep fungsi agama dalam kesehatan mental menurut Zakaiah Darajat dan Jalaludin dapat dilihat bahwa tokoh Zakiah Daradjat dan tokoh Jalaludin banyak persamaan dalam konsepnya dalam segi agama dan kesehatan mental.



BAB V

KESIMPULAN DAN PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian yang telah dibahas pada skripsi ini setelah penulis melakukan penelitian tentang fungsi Agama Terhadap Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat maka dapat diambil kesimpulan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Agama berfungsi untuk memenuhi kebutuhan dalam kehidupan Manusia.
Artinya: Orang yang beragama terlihat ketentraman batinnya tidak merasa gelisah atau cemas dan agama memberikan bimbingan dalam hidup, agama menolong dalam kesukaran serta agama menenangkan batin.
2. Agama berfungsi untuk memenuhi kebutuhan jiwa manusia. karena pada dasarnya manusia memerlukan keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhan seperti kebutuhan primair yaitu kebutuhan jasmaniah (fisik) dan kebutuhan rohaniyah (*psychis* dan sosial) dari kebutuhan atau keinginan itu ada kebutuhan pokok yang terdapat oleh setiap orang adalah kebutuhan akan rasa kasih sayang, akan rasa aman, rasa harga diri, rasa bebas, rasa sukses dan akan rasa ingin tahu.
3. Agama berfungsi sebagai terapi gangguan kejiwaan, maka Agama memberikan jalan untuk mengembalikan ketenangan batin dengan minta ampun kepada Tuhan, Seperti melaksanakan perintah- perintah agama

dalam kehidupan sehari-hari contohnya sembahyang, doa'doa dan permohonan ampun kepada Allah dapat membentengi orang dari gangguan kejiwaan serta dapat mengembalikan kesehatan jiwa bagi orang yang gelisah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan diatas, maka disampaikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Pembaca

karya ilmiah ini diharapkan pembaca dapat mengetahui dan memiliki gambaran yang jelas mengenai siapa sosok Zakiah Daradjat dan fungsi agama terhadap kesehatan mental menurut beliau. Dengan karya ilmiah inidi harapkan dapat menambah refrensi untuk penelitian-penelitian sejenis dimasa yang akan datang.

2. Bagi Peneliti

Dapat melatih kemampuan meneliti, menganalisis tentang pemikiran tokoh-tokoh lainnya, penulisannya skripsi ini dapat digunakan sebagai tolak ukur bagi peneliti untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan dan kemampuan si peneliti dalam menganalisis, serta menyajikannya dalam suatu karya ilmiah yang objektif.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad Sanusi, *Agama Di Tengah Kemiskinan*, Jakarta Pt Logos Wacana Ilmu, 1999

Departemen Pendidikan, *Kamus Besar Indonesia*, Balai Pustaka, Jakarta, Cet 10, 1999

Cholid Narbuko & Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Bumi Aksara, 2001

Faizal Ismail. *Paradigma Kebudayaan Islam* : Studi Kritis Dan Refleksi Historis, Yogyakarta: Titian Ilahipres: 1997

Jalaludi Ramayulis, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta, Pt Radar Jaya 1983

Jalaludin, *Psikologi Agama*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016

Joeseef Sou'yb, *Agama-Agama Besar Di Dunia*, Jakarta, Pustaka Al-Husna

Jalaludin Ramayulis , *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta, Pt, Radar Jaya, 1989

Kartini Kartono, *Pengantar Metode Riset Sosial*, Bandung, 1986

Kartini Kartono, Dan Jenny Andri, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*

Mirham Am, *Agama Dan Beberapa Aspek Sosial* Yogyakarta, Pt, Aswaja Persindo 2014

Mulyadi, *Islam &Kesehatan Mental*, (Jakarta: Pt Kalam Mulia, 2017

Moqsith Ghazali. *Argumen Pluralisme Agama*. Jakarta, Kata-Kita:2009

M Ahmad Anwar, *Prinsip-Prinsip Metodologi Research*, Yogyakarta,
Sumbangsih : 1975

Marzuki, *Metodologi Riset*, Yogyakarta: Bpfe-Vii, Cet-4, 1997

Syarin Harahap, *Metodologi Studi Tokoh & Penulisan Biografi*, 2011

Soekidjo Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan Mental Dan Perilaku Kesehatan*,
Jakarta: Rineka Cipta, 2012

Siti Sundari, *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*, Jakarta, Rineka Cipta, 2005

Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan Dan Perkebnagan*, Yogyakarta,
Pt, C.V Andi Offset, 2007

Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan Dan Perkembangan*, Yogyakarta,
Pt, C.Vandi Pffset 2007

Syarif Harap, *Metodelogi Studi Tokoh Pemikiran Islam*, Jakarta: Istiqoah Mulya
Press, 2006

Umar Fahmi, *Kesehatan Masyarakat Teori Dan Aplikasi*, Jakarta: Rajwali Pers,
2013

W.j.s Porwadiminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia Bag. 1 Huruf a*,
Jakarta 1996

Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, Jakarta, Pt. Gunung Agung, 1995

_____ *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*, (cet, 10 Jakarta:
Haji Masagung, 1990

_____, *Kesehatan Mental* (Peranannya Dalam Pendidikan Dan Pengajaran), Jakarta Institut Agama Islam Negri Syarif Hidayatullah, 1984)

_____, *Ilmu Jiwa Agama*: Bulan Bintang 2005

Sumber jurnal

Susilawati, *Kesehatan Mental Menurut Zakia Darajat*, Uin Raden Intan Lampung 2017

Muslihun, *Konsep Perawatan Kesehatan Jiwa Menurut Pendapat Jiwa Menurut Pendapat Zakiah Darajat Dan Dadang Hawari*, Uin Syarif Hidayatullah Jakarta, 2013

Muhammad Hablilah, *Fungsi Iman Terhadap Kesehatan Mental Menurut*

Zakiah Daradajat Dan Impelmentasinya Dalam Kepribadian Muslim (Studi Analisis Bimbingan Dan Konseling Islam), IAIN Walisongo Semarang, 2006

Sumber internet

<https://icc-jakarta.com/2017/07/13/tujuan-manusia-beragama/>

<Http://sukri-onedinda.blogspot.com/>

<http://life-blogdz.blogspot.com/2012/10/definisi-agama-islam.html>